



お知らせ版



かわじ No.67



令和6年10月号
川路まちづくり委員会



公式ウェブサイト
ぜひぜひ
ご覧ください！

公民館からのお知らせ

文化祭の準備を進めています。

開催日：11月10日(日)・日中

場所：川路小学校

お楽しみ抽選会もあります♪

詳細は近日中に全戸配布にて
プログラムを送付します。



保健師よりお知らせ

ご自身の血圧をご存知ですか？
高血圧は、血管を傷つけ動脈硬化をすすめ、
脳血管疾患や心臓病などを発症するリスクを
高めます。

血圧は1日の中でも変動しているため、家庭
血圧を測定することで「普段の血圧の状態」を
知っておくことが大切です。

★測定タイミング：朝・夜2回

★測定時のポイント

- ・イスに座って1～2分たってから測定する。
- ・腕に巻く帯(カフ)は心臓と同じ高さに巻く。
- ・測定値は記録し、主治医に見てもらう。

★家庭血圧での高血圧の診断基準

収縮期(上の血圧)135以上または
拡張期(下の血圧)85以上



血圧が高い場合でも症状としてはなかなか出てき
ません。普段の血圧を測定し、高い方は、かかりつ
け医にご相談ください。

竜西一貫水路断水のお知らせ

今年度は、中部電力南向(みなかた)発電所改修工事
の関係で、通常より長い期間断水となりますのでご承
知おください。

断水期間：令和6年10月1日～令和7年3月31日

まちづくり協力企業から お知らせ

【ハートヒル川路では、パート及び嘱託職員を募集し
ています。】

職 種：調理補助(厨房内での食器洗浄や配膳)

勤務地：川路(ハートヒル川路)

時 給：1,000円～

(交通費・被服費支給あり)

勤務時間：16:45～18:45(2時間)

ひと月あたり15日出勤

募集人数：1名

お問い合わせ先：ハートヒル川路

☎27-2208(担当:伊坪)

写真コンテストは
コチラから！



川路の宝写真コンテスト募集について

～募集期間を延長します～

是非ご応募ください。川路まちづくり委員会のメール
の不具合が解消し送信可能となりました。

応募期限：9月30日(月)まで

(川路自治振興センターへのデータ持ち込み可)



まちづくり委員会の予定

○まちづくり委員会 定例役員会

・日時：10月1日(火)19:00～

○まちづくり委員会 委員長・3役会

・日時：10月22日(火)18:30～

○まちづくり委員会 区長会

・日時：10月29日(火)19:00～

その他 10月の予定

○介護予防教室【ほほえみ会】：10日・24日

○議会報告・意見交換会：9日(水)19時～

○すすく学級：30日(水)

○さわやか会 バスハイク：25日(金)

○歴史文化セミナー：未定

○ハロウィンパレード：26日(土)

○いきいき教室：2・3区 9日(水)

5区 休み

6区 1日(火)

7区 23日(水)

8区 11日(金)

季節の変わり目です。
体調を崩さないように
体調管理をしましょう。

