

# 轟公民館だより 2月号



第170号 令和8年2月1日発行 TEL 23-2878

## 第5回成人講座 「轟地域の防犯と交通対策について」

令和7年11月12日、市環境交通課の田中様、宇城警察署生活安全課の中村様、宇土交番の佐々木様と橋本様をお迎えし、「轟地域の防犯と交通対策について」と題する講座を行いました。

防犯の講話では、増加する特殊詐欺の手口や対策について分かりやすい説明があり、実際の電話応対の再現も行われました。

また、地域における窃盗被害の多くが自転車盗難であることから、**無施錠の危険性と確実な施錠の徹底**が呼びかけられました。

交通安全については、依然として後を絶たない飲酒運転の実態や**「残り酒」への注意**、高齢者の交通事故防止、来年度の道路交通法改正のポイントが紹介されました。

質疑応答では、「自転車の飲酒運転は免許に影響するのか」といった身近な質問が寄せられたほか、老人会からは警察による講話の継続実施を望む声も上がりました。



## 第6回成人講座 「おもてなし料理教室」と「郷土料理と食生活について」

令和7年12月14日に「おもてなし料理教室」と「郷土料理と食生活について」調理実習と講座を開催しました。

はじめに市食生活改善推進員協議会の岩見みつ子会長より活動紹介があり、続いて市健康づくり課の児玉聰子管理栄養士が「身体にいい食べ物について」講話を进行了。講話では、熊本県や宇土市の糖尿病の現状や、1日350g以上の野菜摂取や8,000歩以上の歩行などの、健康づくりのポイントが具体的に示されました。

その後、4班に分かれて調理実習を行い、しょうがご飯やタンドリーチキンなど5品を調理。参加者からは「蒸し料理に挑戦したい」「みんなで作れて楽しかった」などの声が聞かれました。

講座を通して食生活改善の大切さを学び、参加者同士の交流も深まりました。

