

健康

口腔疾患健診受診はお早めに

40歳を超えると、歯周病にかかり、歯を喪失する人が多くなります。

市では、歯周病予防のため、40・50・60・70歳の人に口腔疾患健診を6月から実施しています。未受診の方は、早めにお申し込みください。

●期間：12月31日(金)まで。
●対象：3月31日現在の満年齢が、40・50・60・70歳の人。
※総入れ歯の人は受診できません。

「ヘルスアップ教室」に参加しませんか

市では、個人の健康状態や生活習慣に応じて、科学的根拠に基づく健康づくりプランを提供する「ヘルスアップ教室(健康生活コーディネート事業)」を実施しています。

体力に自信のない人、運動が嫌いな人でも大丈夫です。個々の体力に合った運動プランや食生活のアドバイスを実践して、健康な身体をつくっていきましょう。今回は年4回のうちの、冬コースの募集を行います。治療中の病気などで、参加に不安のある人はご相談ください。

- 日時…【説明会・メディカルチェック】12月3日(金)か8日(水)・午後1時15分～4時、【初回体力テスト】12月16日(木)か12月21日(火)・午前か午後、【施設トレーニング(1月4日開始)】火曜日～土曜日・午前9時～午後4時25分(1人当たり1時間30分程度)。
●会場…そうふけふれあいの里。
●対象…市内在住で、35歳以上の人(介護保険受給者は不可)。
●期間…1年3カ月。
●定員…60人。
●内容…体力テスト・筋力トレーニング(自重重やダンベルを使用したもの)・有酸素運動(ウォーキング、エアロバイク)など。
●入会時必要物品代…歩数計代5,250円、テキスト代998円(保険料は別途負担)。
●月額…【週2回コース】2,500円、【週1回コース】2,000円、【月1回コース】1,500円。
●申し込み…電話で下記まで。市ホームページ「電子申請・届出サービス」からも申し込みできます(先着順)。
☎中央保健センター(☎④2 5595)。

有無・歯周病の有無など)および歯のクリーニング。
●申し込み…左記までお申し込みください。問診券引換券を送付します。引換券の説明に従って委託医療機関で受診してください(自己負担1,000円)。

日本脳炎予防接種

予防接種法実施規則の一部省令改正に伴い、下表のとおり実施いたします。
対象者の人は、個別で通知された案内文を参照の上、早めに関内の委託医療機関でお

●日本脳炎予防接種●

Table with 4 columns: 対象者, 通知方法, 接種場所, 接種回数. Rows include 小学1~3年, 小学4~6年, 中学1~3年, 高校1~3年.

受けてください。
☎健康増進課母子保健班(中央保健センター内・☎④2 5595)。

スポーツ

秋季市民バドミントン大会

●日時：11月28日(日)・午前9時～
●会場：松山下公園総合体育館(浦部)。
●対象：市内在住、在勤、在学中で中学生以上。
●種目：1部2部(男女別)、3部制(ダブルス戦)。
●1・2部はオープン参加可。
●参加費：市内の人1組2,000円。市外の人1組2,400円。

●申し込み：11月19日(金)(当日消印有効)までに、郵送またはFAXで、住所・氏名・電話番号・参加種目を記入の上、左記へ(先着順)。

卓球審判講習会 受講者を募集

伊西市卓球連盟では、審判講習会を開催します。
つきましては、市民の受講希望者を広く募集しています。
●日時：11月28日(日)・午後1時～(受け付け開始は0時30分)。
●会場：松山下公園総合体育館(浦部)。

●募集人数：50人。
●参加費：①一般受講者500円②公認審判員受講者6,000円。
●申し込み：11月20日(土)までに、住所・氏名・年齢・公認審判員受験の有無・連絡先を記入の上、FAXで左記へ(先着順)。

そのほか

労働条件をめぐるトラブルのお悩み

千葉県労働委員会では、個々の労働者と使用者の間で解雇、雇止め、配転、降格などのトラブルが生じたとき、当事者間での自主解決が困難な問題について、個別的労使紛争解決のあっせんを行っています。

労働者、使用者どちらからの申請も受け付けます。
簡単な手続きで費用無料、秘密は厳守します。
☎千葉県労働委員会事務局(☎043-231-2113)
1・ホームページ http://www...

伊西市ら・ら・らスキー教室

新「伊西市」の誕生を記念して、定員を大幅に拡大し、体育指導委員主催でスキー教室を開催します。

- 日程…平成23年1月22日(土)～23日(日)(1泊2日)。
●対象…市内在住・在勤・在学の人、小学校1年生以上の親子。
●行き先…日光湯元スキー場(栃木県)。
●宿泊場所…奥日光小西ホテル(栃木県日光市湯元 ☎0288-62-2416)。
※交通手段は、貸切り大型バス2台です。
●参加費…大人17,000円、小学生15,000円。
●宿泊料・バス代・行事保険料含む。そのほかの食事・リフト券・レンタル料金は別途。
●募集人員…70人程度。



●申し込み…11月4日(木)～15日(月)(当日消印有効)に、往復はがき返面のあるあて名に申込者の郵便番号・住所・氏名を記入の上、下記まで(応募多数の場合は抽選)。
※後日抽選結果をお知らせいたします。
※開催要綱は、各公共機関窓口および市ホームページにてダウンロード。
☎スポーツ振興課振興班(松山下公園総合体育館内・☎④2 8417)。



防災情報を活用しよう

◆防災メール

市では災害時などの情報伝達手段として、携帯電話やパソコンへのメール配信サービス「伊西市緊急情報発信システム」を実施しています。

このメール配信サービスは、どなたでも利用することができますが、あらかじめ『利用者登録』が必要になります。
なお、登録は無料ですが、『利用者登録』および『登録解除』の際の通信料、メールの受信、WEB閲覧にかかる費用は、利用者の負担になります。

【防災メール『利用者登録』手順】

利用する通信機器から下のアドレスに「空」メールを送信してください。

b@inz.171k.jp



QRコードも利用できます

※利用者登録手順および配信する内容の詳細については、市ホームページ(http://www.city.inzai.chiba.jp)に掲載。

◆防災行政無線テレホンサービス

防災行政無線から放送された内容を確認したい時、下記の電話にかけると最新の放送内容を聞くことができます。放送内容が分からなかったり、もう一度聞きたい場合は、テレホンサービスをご利用ください。

※このサービスの通話料は利用者負担となります。
【防災行政無線テレホンサービス電話番号】

☎④0 2900

☎防災課防災班(☎内線459)。

甲種防火管理 新規講習を開催

●日時：12月2日(木)、3日(金)・いずれも午前9時30分～午後5時。
●会場：平岡自然の家。
●対象：当消防組合管内(印)

西市・白井市)に在勤、もしくは在任で、防火管理者として選任される予定の人。
●定員：80人。
●申し込み：11月17日(水)～19日(金)に、受講料4,500円、写真2枚(縦4cm×横3cm)をそれぞれ申請書および受講票に張り付け左記に提出。
※申請書などは、消防組合ホームページ(http://home.page2.nifty.com/fire-inzai/hiku/)よりダウンロード、または消防本部予防課および管内の消防署・分署にて配布。
※詳しくは左記へ。
☎伊西地区消防組合消防本部予防課(伊西市草深1905番地7・☎④6 9971)。