

健康

胃がん、肺がん・結核、大腸がん健(検)診を開始

9月から集団による検診が始まります。

申込者には、5月に「受診券」、8月に「問診票」を送付しています。同封のご案内を参照し、忘れずに受診してください。

※「受診券同封案内」でお知らせした会場が、左記のとおり変更になりました。

9月7日(土)。

場ふれあいセンターいんば(美瀬)。

他問診票が送付されていない検診は受診できません。

今年度の集団検診の申し込みは終了しましたが、胃がん検診については、個別検診を11月29日(金)まで受け付けします。40歳以上で受信を希望する人は、電話または中央保健センター窓口、ホームページの電子申請サービス、郵送にてお申し込みください。

※郵送の場合は、郵便番号、住所、氏名、生年月日、電話番号、健(検)診名、方法(個別)を必ず明記。

中央保健センター成人保健班(〒270-1396印西市大森2356-3)(☎425595)。

野菜いっぱい

食育レシピコンテスト

印西市民の野菜摂取量増加、地場農産物の活用を推進するため、毎月「野菜いっぱい食育レシピ」を発行しております。

印西産の野菜をより一層食べてもらえるように、地元野菜を使ったオリジナルレシピを募集してコンテストを行います。

一次審査の書類選考を通過した人は、最終選考でオリジナルレシピの調理をしていただき、最優秀賞1名を決定します。

最優秀賞に選ばれた人には、印西産地場産品を贈呈し、12月の野菜いっぱい食育レシピに掲載いたします。

◎応募期間：9月2日(月)～10月25日(金)。

◎最終選考：11月21日(木)・午後1時～。

場JA西印旛農産物直売所印西店2階調理室(西の原)。

市内内在住または在勤の20歳以上の人で、最終選考にえられる人。

応募方法など詳細は、中央・

印旛・本埜保健センター、JA西印旛設置の応募用紙、または市ホームページを参照ください。

健康の糸口を見つける講演会

健康の結果から糖尿病を予防するには、

日本人に増えている糖尿病の予防について、医師などから詳しいお話を聞くことができます。

また、簡単にできる運動の実技もあるので、お気軽にご参加ください。

9月25日(水)・午後2時～4時(受け付け1時30分)。

場イオンモール千葉ニュータウン店3階イオンホール(中央北)。

健康結果と糖尿病の関係。

講師：角南祐子氏(財ちば県民保健予防財団総合健診センター副センター長)。

定100人。

場無料。

他「栄養ミニ講話」・「お家でできるかんたん運動」(実技)も同時開催。

場当日会場で(先着順)。

中央保健センター。

地区健康推進員活動

【北地区】

◆自宅でするらくらく筋トレ(小林)

筋力を高める運動は、代謝をよくし、太りにくい身体をつくるために大切です。また、腰痛予防や寝たきり予防などにもつながります。

9月25日(水)・午前10時～正午(受け付け9時40分)。

場小林コミュニティプラザ。

腰痛やひざ痛によい筋トレ・ストレッチ。

講師：健康生活コーディネーター(市職員)。

ター(市職員)。

定30人。

場無料。

他動きやすい服装、飲み物、汗ふきタオル、バスタオル。

9月20日(金)までに電話で左記へ(先着順)。

※詳しくは左記へ。

場地区健康推進員(北地区)・天野(☎975307)、川村(☎973964)。

【印旛地区】

◆運動の秋！自宅でする楽らく筋トレ(印旛)

秋風が気持ちよく、運動にぴったりの季節になりました。楽しく体を動かして運動の心地よさを体感し、筋トレやスト

レッチの基本を学びましょう。

10月1日(火)・午前10時30分～正午(受け付け10時)。

場ふれあいセンターいんば(美瀬)。

場ストレッチ・体操。

◆講師：健康生活コーディネーター(市職員)。

定20人程度。

場無料。

他動きやすい服装、飲み物、タオル、バスタオル。

9月27日(金)までに電話で左記まで(先着順)。

※詳しくは左記へ。

場地区健康推進員(印旛地区)・二宮(☎980730)、森田(☎2454)。

スズメバチの巣の駆除費を補助

スズメバチは強烈な毒を持ち、人への攻撃性が高い危険なハチです。市ではスズメバチの巣を駆除する土地所有者などに対して駆除費の一部を補助しています。

巣の駆除は、市が依頼した業者が行うので、補助を受ける場合は事前に市への申し込みが必要です。

※スズメバチ以外のハチの巣の駆除は、補助金の対象外です。また、スズメバチ以外のハチ

使ってほしい図書館のサービス③ 資料の予約・リクエスト

お探しの本が図書館にないときは「予約・リクエストカード」をご活用ください。市内図書館に所蔵がない場合は、購入もしくは県立・市内市町村図書館からお借りして資料をご提供いたします。

また、資料が貸出中だったり、市内の他の図書館に所蔵がある場合は、予約をかけたり取り寄せしてご用意いたします。図書館ホームページからもパスワードを使って所蔵資料に予約をかけることができます。

場大森図書館(☎428686)・小林図書館(☎970005)・そうふけ図書館(☎462566)・小倉台図書館(☎475511)・印旛図書館(☎803850)・本埜図書館(☎973210)。

ミニ・ガイド パートI

妊婦・母乳育児中のママと赤ちゃん、その家族。

断乳・卒乳、母乳育児をしているママたちへ。

◆講師：小谷博子氏(東京未来大学子ども心理学部准教授)。

場無料。

場ラクティナクラブ・安藤(☎470516・http://lactinaculub.fc2.com/)。

◆花も嵐も踏み越えて～大震災被災者支援～稲刈り祭り

9月21日(土)・午前10時～。

場アカガエルの里(松虫)。

総線印旛日本医大駅前に集合。

定20人。

場500円(保険代など)。

場直接左記へ(先着順)。

他飲み物、帽子、手ぬぐい、田んぼ用長靴。

場いには野アカガエルを守る会・植村(☎090-2331-5104)。

◆インテリアを彩るアーティフィシャルフラワー教室

9月12日(木)・午後1時15分～。

場北総花の丘公園講習室。

場一般。

場2,800円。

場10日(火)までに左記へ(先着順)。

他新聞紙、持ち帰り用袋持参。

場光舟(☎090-3084-5454)。

◆千葉県立印旛特別支援学校

校学校公開

学校についての説明や施設見学、授業参観などを行います。

10月1日(火)・午前9時40分～正午。

場千葉県立印旛特別支援学校(平賀)。

20日(金)までに直接左記へ。

場千葉県立印旛特別支援学校・井上、加藤(☎982200・FAX980969)。

凡例

開日時

開会場

開内容

開対象

開定員

開参加費

開申し込み

開問い合わせ

場ホームページ

場メールアドレス

他そのほか

場携帯電話