

図1 カルシウムを多く含む食品の摂取状況

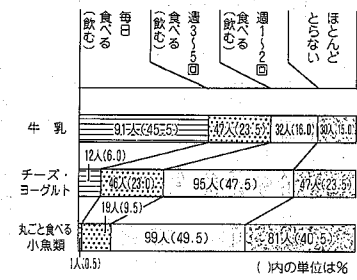


図2 1日に歩く平均時間(通勤・散歩など)

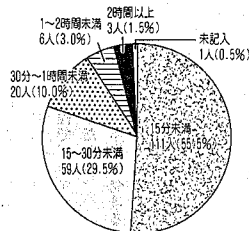
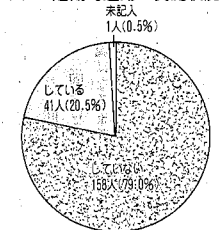


図3 定期的運動の実施状況



骨粗しょう症は、骨の中のカルシウムが不足することによって太根にスが入ったように骨がスカスカになる病気です。骨粗しょう症になると、骨が弱くなって、骨折しやすくなったり、腰痛の原因になったりします。骨粗しょう症による骨折が原因で寝たきりになるお年寄りは非常に多く、老衰を除くと脳卒中に次いで2番目の多さです。骨粗しょう症は特に女性に多く、65歳以上の女性の約半数はこの病気にかかっていると言われます。女性にこの病気が多い原因として、女性は生まれつき骨が細い、食が細いためカルシウムの摂取が不足しがち、出産・授乳でカルシウムを大量に消費する、閉経後は骨を守るホルモンの分泌が少なくなるなどが挙げられます。

骨粗しょう症健診を受診しましょう

骨粗しょう症は、骨の中のカルシウムが不足することによって太根にスが入ったように骨がスカスカになる病気です。骨粗しょう症になると、骨が弱くなって、骨折しやすくなったり、腰痛の原因になったりします。骨粗しょう症による骨折が原因で寝たきりになるお年寄りは非常に多く、老衰を除くと脳卒中に次いで2番目の多さです。骨粗しょう症は特に女性に多く、65歳以上の女性の約半数はこの病気にかかっていると言われます。女性にこの病気が多い原因として、女性は生まれつき骨が細い、食が細いためカルシウムの摂取が不足しがち、出産・授乳でカルシウムを大量に消費する、閉経後は骨を守るホルモンの分泌が少なくなるなどが挙げられます。

骨粗しょう症とは

骨粗しょう症とは、骨の中のカルシウムが不足することによって太根にスが入ったように骨がスカスカになる病気です。骨粗しょう症になると、骨が弱くなって、骨折しやすくなったり、腰痛の原因になったりします。骨粗しょう症による骨折が原因で寝たきりになるお年寄りは非常に多く、老衰を除くと脳卒中に次いで2番目の多さです。骨粗しょう症は特に女性に多く、65歳以上の女性の約半数はこの病気にかかっていると言われます。女性にこの病気が多い原因として、女性は生まれつき骨が細い、食が細いためカルシウムの摂取が不足しがち、出産・授乳でカルシウムを大量に消費する、閉経後は骨を守るホルモンの分泌が少なくなるなどが挙げられます。

骨粗しょう症とは、骨の中のカルシウムが不足することによって太根にスが入ったように骨がスカスカになる病気です。骨粗しょう症になると、骨が弱くなって、骨折しやすくなったり、腰痛の原因になったりします。骨粗しょう症による骨折が原因で寝たきりになるお年寄りは非常に多く、老衰を除くと脳卒中に次いで2番目の多さです。骨粗しょう症は特に女性に多く、65歳以上の女性の約半数はこの病気にかかっていると言われます。女性にこの病気が多い原因として、女性は生まれつき骨が細い、食が細いためカルシウムの摂取が不足しがち、出産・授乳でカルシウムを大量に消費する、閉経後は骨を守るホルモンの分泌が少なくなるなどが挙げられます。

骨粗しょう症とは、骨の中のカルシウムが不足することによって太根にスが入ったように骨がスカスカになる病気です。骨粗しょう症になると、骨が弱くなって、骨折しやすくなったり、腰痛の原因になったりします。骨粗しょう症による骨折が原因で寝たきりになるお年寄りは非常に多く、老衰を除くと脳卒中に次いで2番目の多さです。骨粗しょう症は特に女性に多く、65歳以上の女性の約半数はこの病気にかかっていると言われます。女性にこの病気が多い原因として、女性は生まれつき骨が細い、食が細いためカルシウムの摂取が不足しがち、出産・授乳でカルシウムを大量に消費する、閉経後は骨を守るホルモンの分泌が少なくなるなどが挙げられます。

骨粗しょう症とは、骨の中のカルシウムが不足することによって太根にスが入ったように骨がスカスカになる病気です。骨粗しょう症になると、骨が弱くなって、骨折しやすくなったり、腰痛の原因になったりします。骨粗しょう症による骨折が原因で寝たきりになるお年寄りは非常に多く、老衰を除くと脳卒中に次いで2番目の多さです。骨粗しょう症は特に女性に多く、65歳以上の女性の約半数はこの病気にかかっていると言われます。女性にこの病気が多い原因として、女性は生まれつき骨が細い、食が細いためカルシウムの摂取が不足しがち、出産・授乳でカルシウムを大量に消費する、閉経後は骨を守るホルモンの分泌が少なくなるなどが挙げられます。

骨粗しょう症とは、骨の中のカルシウムが不足することによって太根にスが入ったように骨がスカスカになる病気です。骨粗しょう症になると、骨が弱くなって、骨折しやすくなったり、腰痛の原因になったりします。骨粗しょう症による骨折が原因で寝たきりになるお年寄りは非常に多く、老衰を除くと脳卒中に次いで2番目の多さです。骨粗しょう症は特に女性に多く、65歳以上の女性の約半数はこの病気にかかっていると言われます。女性にこの病気が多い原因として、女性は生まれつき骨が細い、食が細いためカルシウムの摂取が不足しがち、出産・授乳でカルシウムを大量に消費する、閉経後は骨を守るホルモンの分泌が少なくなるなどが挙げられます。

骨粗しょう症とは、骨の中のカルシウムが不足することによって太根にスが入ったように骨がスカスカになる病気です。骨粗しょう症になると、骨が弱くなって、骨折しやすくなったり、腰痛の原因になったりします。骨粗しょう症による骨折が原因で寝たきりになるお年寄りは非常に多く、老衰を除くと脳卒中に次いで2番目の多さです。骨粗しょう症は特に女性に多く、65歳以上の女性の約半数はこの病気にかかっていると言われます。女性にこの病気が多い原因として、女性は生まれつき骨が細い、食が細いためカルシウムの摂取が不足しがち、出産・授乳でカルシウムを大量に消費する、閉経後は骨を守るホルモンの分泌が少なくなるなどが挙げられます。

骨粗しょう症とは、骨の中のカルシウムが不足することによって太根にスが入ったように骨がスカスカになる病気です。骨粗しょう症になると、骨が弱くなって、骨折しやすくなったり、腰痛の原因になったりします。骨粗しょう症による骨折が原因で寝たきりになるお年寄りは非常に多く、老衰を除くと脳卒中に次いで2番目の多さです。骨粗しょう症は特に女性に多く、65歳以上の女性の約半数はこの病気にかかっていると言われます。女性にこの病気が多い原因として、女性は生まれつき骨が細い、食が細いためカルシウムの摂取が不足しがち、出産・授乳でカルシウムを大量に消費する、閉経後は骨を守るホルモンの分泌が少なくなるなどが挙げられます。

骨粗しょう症とは、骨の中のカルシウムが不足することによって太根にスが入ったように骨がスカスカになる病気です。骨粗しょう症になると、骨が弱くなって、骨折しやすくなったり、腰痛の原因になったりします。骨粗しょう症による骨折が原因で寝たきりになるお年寄りは非常に多く、老衰を除くと脳卒中に次いで2番目の多さです。骨粗しょう症は特に女性に多く、65歳以上の女性の約半数はこの病気にかかっていると言われます。女性にこの病気が多い原因として、女性は生まれつき骨が細い、食が細いためカルシウムの摂取が不足しがち、出産・授乳でカルシウムを大量に消費する、閉経後は骨を守るホルモンの分泌が少なくなるなどが挙げられます。

骨粗しょう症とは、骨の中のカルシウムが不足することによって太根にスが入ったように骨がスカスカになる病気です。骨粗しょう症になると、骨が弱くなって、骨折しやすくなったり、腰痛の原因になったりします。骨粗しょう症による骨折が原因で寝たきりになるお年寄りは非常に多く、老衰を除くと脳卒中に次いで2番目の多さです。骨粗しょう症は特に女性に多く、65歳以上の女性の約半数はこの病気にかかっていると言われます。女性にこの病気が多い原因として、女性は生まれつき骨が細い、食が細いためカルシウムの摂取が不足しがち、出産・授乳でカルシウムを大量に消費する、閉経後は骨を守るホルモンの分泌が少なくなるなどが挙げられます。

骨粗しょう症とは、骨の中のカルシウムが不足することによって太根にスが入ったように骨がスカスカになる病気です。骨粗しょう症になると、骨が弱くなって、骨折しやすくなったり、腰痛の原因になったりします。骨粗しょう症による骨折が原因で寝たきりになるお年寄りは非常に多く、老衰を除くと脳卒中に次いで2番目の多さです。骨粗しょう症は特に女性に多く、65歳以上の女性の約半数はこの病気にかかっていると言われます。女性にこの病気が多い原因として、女性は生まれつき骨が細い、食が細いためカルシウムの摂取が不足しがち、出産・授乳でカルシウムを大量に消費する、閉経後は骨を守るホルモンの分泌が少なくなるなどが挙げられます。

骨粗しょう症とは、骨の中のカルシウムが不足することによって太根にスが入ったように骨がスカスカになる病気です。骨粗しょう症になると、骨が弱くなって、骨折しやすくなったり、腰痛の原因になったりします。骨粗しょう症による骨折が原因で寝たきりになるお年寄りは非常に多く、老衰を除くと脳卒中に次いで2番目の多さです。骨粗しょう症は特に女性に多く、65歳以上の女性の約半数はこの病気にかかっていると言われます。女性にこの病気が多い原因として、女性は生まれつき骨が細い、食が細いためカルシウムの摂取が不足しがち、出産・授乳でカルシウムを大量に消費する、閉経後は骨を守るホルモンの分泌が少なくなるなどが挙げられます。

骨粗しょう症とは、骨の中のカルシウムが不足することによって太根にスが入ったように骨がスカスカになる病気です。骨粗しょう症になると、骨が弱くなって、骨折しやすくなったり、腰痛の原因になったりします。骨粗しょう症による骨折が原因で寝たきりになるお年寄りは非常に多く、老衰を除くと脳卒中に次いで2番目の多さです。骨粗しょう症は特に女性に多く、65歳以上の女性の約半数はこの病気にかかっていると言われます。女性にこの病気が多い原因として、女性は生まれつき骨が細い、食が細いためカルシウムの摂取が不足しがち、出産・授乳でカルシウムを大量に消費する、閉経後は骨を守るホルモンの分泌が少なくなるなどが挙げられます。

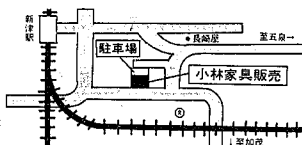
お買物、ご用命は市内で

和家具祭

総合家具インテリア専門店
小林家具販売
※ 毎週木曜日は定休日とさせていただきます。

唐木家具の展示量は日本一
つば・象牙なども多数展示

新津市本町4丁目6-25
TEL 22-0667
FAX 25-1032



新津市排水設備指定工事店

工事店名	所在地	電話番号
宇野工業	結141	22-1097
駿馬場工務所	本町2丁目1-28	22-0010
金沢工業	東金沢1947-1	24-0364
永井鉄工所	中新田30	24-3311
イシカワ	大蔵738-1	22-2000
越後配管設備工業	山谷南4535	23-1611
新保組	新町2丁目7-1	22-0230
宮工務所	新金沢町30-5	22-2662
斎藤電機	山谷町1丁目14-15	22-4021
佐藤設備工業	福島102	23-1345
三和住設	古津1840	24-7121
丸和工業	新津5154	22-8428
新津管工事業協同組合	程島2004-2	22-2738
大栄建設工業	川口578-14(工業団地)	24-2992
生田工務店	東金沢1902	22-8238
中村建設工業	川根8-1	22-1518
川口総業	さつき野町4-4	22-7007
新潟設備工業	下野町149-1	23-3221
徳永設備設計事務所	北沼286-3	24-5104
カサイ	川口578-23(工業団地)	24-3900

下水道の排水設備工事は、市の指定を受けた工事店以外では行いません。排水設備工事については、左の表の指定工事店へお問い合わせください。

排水設備工事は市の指定工事店で

下水道排水設備工事責任技術者認定試験

希望者を対象に受験講習も行われます。

◇受験講習

- ・とき…11月7日(火)の午後1時~4時30分。午後零時30分から受付
- ・ところ…新潟テルサ(新潟市鐘木)
- ・受講料…5000円

◇認定試験

- ・とき…11月19日(日)の午前10時~11時30分。午前9時から受付
- ・ところ…東京学館新潟高等学校(新潟市鐘木)
- ・受験料…3000円
- ◇申込み いずれも9月11日(月)から22日(金)までに、下水道課維持管理係(☎24-2111、内線534)へ。

下水道展

九月十日の「全国下水道促進デー」にちなんで、「下水道展」が開催されます。

今年のテーマは「街が生き暮らしている下水道」です。下水道の整備によって、水の汚れを防ぎ、自然環境を守っている様子や第四期下水道事業について紹介します。

□とき 9月10日(日)の午前10時~午後5時

□ところ 長崎屋新津店

□内容

- ・第四期事業計画、デザインマンホールや保護鉄蓋、下水道工事の進め方、水緑景観モデル事業、水生生物の標本などの展示
- ・排水設備機器の展示
- ・下水道に関する相談

「下水道接続」と「浄化槽」では、両方とも水洗トイレが使えますが、下水道へ接続すると下水道使用料を払わなければならないかもしれません。「下水道使用料が高い」という声をよく耳にしますが、浄化槽と比較してもそれほど高はありません。浄化槽の家庭では、下水道が使用可能になると、水洗トイレが使えることから、下水道へ接続することに消極的になりがちです。しかし、浄化槽では台所や風呂などの排水がそのまま側溝へ流れ、河川の汚濁につながります。わずかな費用で河川がきれいになることを考えれば、下水道への接続は私たちが地球環境を守る一つの方法といえます。

下水道の排水設備工事は、市の指定を受けた工事店以外では行いません。排水設備工事については、左の表の指定工事店へお問い合わせください。

お買物、ご用命は市内で

健康家族

保険調剤(各科病・医院の処方せん受付)
ツムラ漢方薬・ツムラ化粧品・健康食品

なら新津薬局

新津駅前本店 (24)6311
おぎわ駅前店 (24)6322

プライダルフアール
ベッドファアール

店内開催中

東京西川チェーン

小とん新保

本店/新津市本町2丁目10-27 ☎250(22)0808