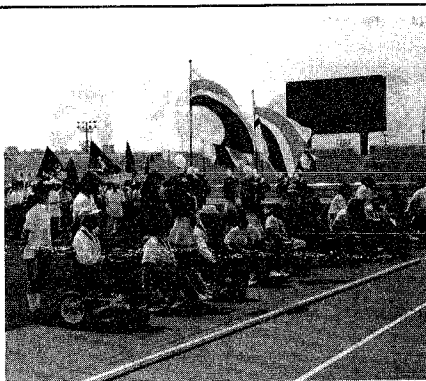


車いすの身体障害者を対象

10月に健康診査を実施

市では、常時車いすを使用する身体障害者に対する身体障害者手帳をお持ちの十八歳以上、本年度から新たに健康診査を実施することになり、健康診査を受ける機会のない人です。

健康診査は、市が行って



健康維持は体づくりとチェックから
写真は去年の障害者大運動会

乳がんを早期発見

自己検査法講習会

死亡原因の一位を占めている「がん」の中で、乳がんが急増し、二〇二〇年間で死亡者数が二倍になると見られます。

乳がんは、自分で見つけられる唯一のがんです。市では、乳がんをなるべく小さいうちに発見し、早期に治療を受けられるよう、自己検査法講習会を、表のとおり開催します。

講習会では、医師から乳がんについての話を聞くほか、乳がんの自己検査の実

会場	月・日	受付時間
東地区公民館	9・19	9:10~9:30 (終了時間は正午)
中野小児童連絡所	9・22	
坂井崎地区保健センター	9・29	
シルバニア石山	10・17	
鳥屋野地区保健センター	10・24	
東保健所	10・31	

医療機関での予防接種

市外でも受けられます

九月から三種混合、麻しん・風しん、日本脳炎予防接種が、市外の医療機関でも受けられるようになります。

委託医療機関については、保健衛生課または東・西保健所へ問い合わせください。

あらかじめ医療機関に接種日などを問い合わせる種日などを問い合わせる

あなたの骨は大丈夫？

骨粗しょう症健康診査

女性に多くみられる病気「骨粗しょう症」。これは、骨の組織が粗くなりスカスカになってしまひ、ちょっとした力ですみで骨折したり、腰が曲がったり、背が丸くなったたりする症状です。



骨密度検査

骨粗しょう症を予防するには若いころから食生活などライフスタイルの改善に心掛けることが大切です。

女性では、十八歳から三十九歳までの骨密度検査と血液検査、尿検査などを実施しています。検査後は結果

骨粗しょう症を予防するために、骨を丈夫にするための食事や運動の方法を学んでもらいます。ぜひこの機会に検査を受け、事後指導などに参加ください。

健康診査
日時 九月二十八日
①午前九時半から②午後一時から
会場 東保健所
各先着三十人
定員 西先着三十人
料 金 千円
申込 十月十九日午後一時
時 三十分
会場 市役所本館六階講堂
申し込み 保健衛生課
内線2705番へ

にいがた国際映画祭

ポスター募集

アジアの国々などの秀作を上映し、市民の手作りの映画祭としてすつかり定着した「にいがた国際映画祭」。実行委員会では、来年二月の開催を案内するポスターの図案を募集しています。多くの皆さんの応募をお待ちします。

応募規定 一人二点まで、大きさはB3判縦で、用紙がケント紙を使用、作品には所定の応募用紙を添付、色は自由「第六回」の「にいがた国際映画祭」の図案を募集しています。多くの皆さんの応募をお待ちします。

応募締切 九月三十日
送付先 問い合わせ 市国際交流協会(上大川前通六、三好マンション二階) 225-12727へ

健康相談

コンタクトレンズによる病氣

内皮障害などは、快適に装着している人の中にも発症している場合があります。注意が必要です。

これらコンタクトレンズを装着している人、現在使用中の人、いずれの場合も眼科専門医による適切な指導と定期検査は必要不可欠です。

市眼科医会では十月十日の目愛デーに「大和デパート」八階で「コンタクトレンズの適応と問題点」と題して無料相談を開催します。気軽にご利用ください。(市医師会)

市民福祉まつり

チャリティーバザーに品物を
10月15日、万代シティパークで開催する市民福祉まつりのチャリティーバザーのため未使用の日用品、贈答品の提供をお願いします。ぜひお寄せください。
受付日時 9月11日~10月5日午前8時半~午後5時15分(土・日・祝日除く)
受付場所 市社会福祉センター(八千代1)、福祉総務課、地区事務所、連絡所
問い合わせ 市社会福祉協議会(☎243-4366)へ

大講がん予防のために

おとなのためのヘルシーキッチン
日時 9月14・26日午前10時~午後零時半
会場 東地区公民館
内容 東地区がん予防のための食事のポイント、調理実習、健康運動、ほか
定員 先着各30人
参加費 300円
申し込み 東保健所へ

骨粗しょう症予防教室

受付時間 午後1時~同15分(中地区コミュニティセンターのみ午後1時15分~同30分)
対象 70歳以下の人先着各30人
内容 医師の話、運動の話と実技、食生活の話
会場 中地区コミュニティセンター 9・29 東保健所へ
東保健所 10・13
石山地区保健センター 10・27
北地区保健センター 11・10 会場へ
鳥屋野地区保健センター 11・24

健康相談

基本健康診査の受診記録票、健康手帳のある人はお持ちください

地区	月日	会場	時間
石山・大江山	9・11	〇石山地区保健センター	午前10時~11時 午後1時~3時
坂井崎	9・12	老人憩いの家・小針荘	午前10時~11時 午後1時~3時
南浜	9・14	神谷自治会館	午前9時~午後4時
松浜		老人憩いの家・真家園	
磐野木	9・13	※磐野木地区保健センター	午前10時~午後3時
大江山		神谷自治会館・大江山班	
坂井崎	9・14	〇坂井崎地区保健センター	午前10時~午後3時
中野小		中野小児童連絡所	

〇印は医師による相談(午後)。※印は栄養士による相談あり

在宅福祉を考える

老人介護ボランティア講座
日時 9月22日~11月10日毎週金曜日午前9時半~午後3時半
会場 市社会福祉センター(八千代1)
内容 車いすの介助法、寝たきりにしないために、施設見学、ほか
定員 先着30人 参加費 1,000円
申し込み 市ボランティアセンター(☎243-4370)へ

速記講座

日時 9月12日~12月12日毎週火曜日午後6時15分~8時半
会場 北部総合コミセン
内容 百人一首の速写、読書を楽しむ
参加費 6,000円(3ヵ月)
申し込み 当日直接会場へ
問い合わせ 北原さん(☎222-8436)へ

歯の健康相談

日時 9月29日午後1時~3時
会場 東保健所
内容 歯科医師によるむし歯、歯肉炎、歯槽膿漏、歯石の検査と相談、歯科衛生士による口臭予防のブラッシング指導
申し込み 電話で会場へ(予約制)

家族の集い

知ろうを理解し共に暮らすために
日時 9月14日午後1時半~3時半
会場 市社会福祉センター(八千代1)
内容 「知はるのお年寄りの心」南浜病院ケースワーカー 相馬祐一さん、ほか
申し込み 東・西保健所へ

ほがらかバザー

日時 9月17日午前10時~午後3時
会場 ほがらか福祉作業所(山水戸2)
内容 手作り作品、不用品の販売、模擬店、ほか
問い合わせ 会場(☎271-5650)へ

若者のためのボランティア入門講座

やっぱり福祉ボランティア
期日 12月2・3日
会場 万代市民会館、福祉施設、ほか
内容 車いすの介護体験、施設訪問、ほか
対象 おおむね18歳~30歳先着30人
参加費 5,000円
問い合わせ 泉女性児童課(☎285-5611)へ

献血車「ゆうあい号」

月日	会場	時間
9/11	昭和三十九石川南側新築通商(中野小)	午前9時~11時
9/11/12	新潟赤十字病院(東区野中)	午後1時~4時
9/12	新潟県立社(新井)	午前9時~11時
9/14	北越製紙新潟工場(磯部)	午前9時~午後4時
9/18	新潟流通センター会館(東区津田)	午前9時~午後4時
9/22	新潟フジカラー(東区)	午前9時~11時半
9/22	新潟労働学校(磯部)	午後1時~4時
毎 日	全県献血車(新潟県内)	午前10時~午後1時 午後2時~5時半

※「ゆうあい号」は正午から午後1時まで受付を休みます。