

16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

☐は閉庁日です。

ふれあい教養セミナー

☎ 社会教育課 内線 2716

と き 9月25日(土) 14:00~
 ところ 東海大学短期大学部(静岡市)
 テーマ 数学的発想術・自然の不思議に学ぶ
 講師 秋山 仁 さん(東海大学教授)
 受講料 無料(受講券が必要です)
 申し込み 9月17日までに電話か、はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、「9月のセミナー希望」と書いて、〒424 清水市三保2389 東海大学社会教育センター「ふれあい教養セミナー」事務局へ ☎0543-34-2385

建設業の経営事項審査

☎ 管財課 内線 2787

と き (8:50~15:00)
 ①10月15日(金)…平成4年10月~2月決算
 ②11月5日(金)…平成5年 3月~4月決算
 ③11月26日(金)…平成5年 5月~6月決算
 ④12月17日(金)…平成5年 7月~9月決算
 ところ 富士土木事務所
 対象 ①法人、個人 ②~④法人
 ⑥この審査を受けないと、富士市の建設工事指名参加願は受け付けることができません。ご注意ください。
 問い合わせ 静岡県土木部管理課建設業室許可係へ ☎054-221-2507

ダイヤル市政案内
☎52-1111

9月10日は 全国下水道促進デー

☎ 下水道部管理課 内線 2511

「下水道 人と自然が手をつなぐ」
 ☆富士市下水道まつり
 と き 9月23日(木) 10:00~15:00
 ところ 東部浄化センター
 内容 作品展示、食べ物コーナーなど
 ☆いろいろコンクール作品募集
 内容 下水道を普及促進する内容の図画・ポスター、作文、標語、写真応募先 9月7日までに、下水道部管理課へ
 作品展示 9月25日(土)~27日(月) ヤオハン吉原店3階催事場

いつせい防疫

☎ 環境衛生課 内線 2052

月 日	午 前	午 後
9月6日(月)	鷹岡本町1~3	久沢南 入山瀬久保・東
" 7日(火)	久沢西	入山瀬西 天間東
" 8日(水)	久沢北 入山瀬天王町	厚原西
" 9日(木)	柳島 柳島日東 大昭和社宅	東宮島 川成島 下川成
" 10日(金)	久沢東	天間北1・2
" 13日(月)	厚原中・東2	厚原北 末広町
" 14日(火)	片宿 厚原東1・南	傘木 傘木北 三ッ倉町
" 16日(木)	石坂1・4	石坂2・3 美原町 桜ヶ丘
" 17日(金)	天間田代・川坂	天間南 厚原東3

ワープロ・パソコン・エアロビクス教室

☎ ラ・ホール富士 53-4300

◆ワープロ教室
 と き・9月29日から毎週水曜日
 ①午前コース②午後コース
 ③夜間コース 各計8回
 ・10月5日から毎週火曜日
 夜間コース 計8回
 ◆パソコン教室
 と き・10月7日から毎週木曜日
 ①午前コース②午後コース
 ③夜間コース 各計8回
 ・10月2日から毎週土曜日
 短期コース 計4回
 ◆エアロビクス教室
 と き・9月21日から毎週火曜日
 ①昼間コース②夜間コース
 定 員 ワープロ、パソコン各コース8人。エアロビクス各コース40人
 申し込み 各教室とも9月11日の9:00~17:00にラ・ホール富士へ

飼えなくなった 犬・猫の引き取り日

☎ 環境衛生課 内線 2052

飼えなくなった犬、猫の引き取りは各会場15分です。出した犬、猫はお返しできませんのでご注意ください。
 持ち物 愛犬手帳
 ◇9月10日(金)・24日(金)
 田子浦公民館9:00、富士公民館9:30
 ◇9月3日(金)・17日(金)
 吉永公民館 9:00、市役所西口 9:30
 大淵公民館10:10、鷹岡公民館11:35

健康コーナー

うつ病

うつ病は心の風邪とも言われ、性別に関係なく実年から老年に多く発生する感情障害の病気です。平常元気に活躍していて、まじめな人が何か面倒くさくなり、元気が出ず、決断力が鈍り、迷ったり、悲観的なことばかり考えたり、睡眠不足で無口になって落ち込んでしまいます。

原因は不明ですが、身体症状から、他の病気と間違えられることもあります。放置していても自然に治ることもあります。重症化して何もできない

人になってしまうこともあります。

最近、老人のうつ病が痴呆と誤診されていることがあります。治療としては、一見元気がなく沈んでいるので、頑張れと励ましたり、環境を変えさせたりすることがあるが、かえって悪化させる結果となり、知らぬ間に心にブレーキがかかっている「怠けている」と思われる罪業感が強くなります。周囲も本人の見えない苦痛を理解してやり、気軽にさせてやるのが大切です。そして専門医の指示どおり、抗うつ剤療法をしたり、神経療法をしてもらえば必ず回復してきます。ブレーキが外れてくれれば、スタミナも蓄えられ、

自然と動きたくなくなってきます。

うつ病は、誰でもかかる可能性のある病気なので、おかしいと思ったら恥ずかしいとか、隠すことをしないで専門医の診察を受けることです。そして正しい診断のもとに治療を受けてください。必ず治る病気なのです。

〈富士市医師会〉

レター通信

クーラーはうまく使えば、あせも予防や安眠のために役立ちますが、長時間の使用や冷やし過ぎは体によくありません。正しく使用して、健康に夏の暑さを乗り切りましょう。