

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

☐ は閉庁日です。

**“共に生き共に学び共に育つ”  
富士ふれあいの翼参加者募集**  
☎ 障害福祉課 内線 2321

と き 6月19日(日)～25日(土)  
ところ ハワイ(マウイ島とオアフ島)  
対 象 ○障害を持つ人とその家族  
○車いすを押すなどボランティアをしてくれる人  
定 員 60人  
旅行代金 約22万円  
申し込み 4月15日までに申込書(あゆみで配付)と3万円を持参し「ふれあいショップあゆみ」へ  
☎64-0694

**富士山麓ブナ林創造事業  
参加者募集**  
☎ みどりの課 内線 2666

みんなの手で、富士山麓に  
ブナを植えませんか

と き 4月29日(金) 7:40～14:00  
※小雨決行  
ところ 表富士周遊道路沿線(料金所西側付近)  
対 象 市内在住の人  
定 員 100人  
内 容 ○ブナの苗木の植樹  
○ミニ講演会(講師:国立科学博物館技監 近田文弘さん)  
○自然の中で昼食  
集 合 市役所(バスで市役所を出発)  
持ち物 弁当、雨具、作業のできる服装(靴は底の固いもの)  
申し込み 4月1日～15日に、電話でみどりの課へ

**国民年金の手続**  
☎ 国民年金課 内線 2347

国民年金は、日本国内に住所がある20歳以上60歳未満の人で、厚生年金と共済組合に加入していない人が加入する制度です。結婚、就職、退職などのときには年金の手続を忘れずに。  
◎手続に必要なもの  
○20歳加入の人…印鑑  
○会社を就・退職した人…就・退職日を証明できる書類、印鑑  
○サラリーマンの奥さん…第3号被保険者該当届出書、保険証、印鑑

**親子で野草を食べる会**  
☎ 少年自然の家 35-1697

と き 5月1日(日) 8:30～14:00  
※小雨決行  
ところ 丸火青少年の家  
対 象 市内の小学6年生以下の子とその親  
定 員 100人(先着順)  
内 容 丸火の野草の説明、野草摘みハイク、野草の料理と試食(てんぷら、酢みそあえ、おひたしなど)  
材料費 300円(幼児は100円)  
持ち物 弁当、雨具、軍手、筆記用具、運動のできる服装  
申し込み 4月12日～23日に、電話で少年自然の家へ(日曜日の午後、月曜日、祝祭日は休所日です)

**こども療育センターの  
臨時職員を募集**  
☎ こども療育センター 21-9480

★理学療法士または作業療法士  
資 格 理学療法士または作業療法士の資格のある人  
募集人員 1人(性別・年齢不問)  
雇用期間 4月1日～平成7年3月31日  
★言語療法士  
資 格 言語療法士の養成を受けた人  
募集人員 1人(性別・年齢不問)  
雇用期間 6月1日～平成7年3月31日  
申し込み 電話で市立こども療育センターへ

 **4月の献血**  
☎ 社会福祉課 内線 2312

献血は福祉・ボランティアの基本です

日	場 所	時 間
21(木)	市 役 所 西 口	9:30～15:30
30(土)	J R 富 士 駅 前	10:00～16:00

**沼津血液センターの  
献血の曜日が変わります**  
☎ 社会福祉課 内線 2312

一人でも多くの人に献血していただくため、献血日を1日ふやします。これに伴い、4月1日から献血の曜日が変わりますのでご協力ください。  
献血の曜日 毎週月・水・金・土曜日(祝祭日は除きます)  
受 付 9:00～12:00、13:00～16:00  
問い合わせ 静岡県沼津赤十字血液センターへ ☎0559-24-6611

**健康コーナー**

**大腸ポリープ**

大腸とは直腸・結腸・盲腸のことをいいます。大腸の中に小さなキノコみたいに突き出したこぶを、一般にポリープと呼んでいます。これには球形、細長い、茎がある、先が葉のように分かれている、平たいものなど、いろいろな形をしたものがあります。

このポリープには、細胞として腺腫と言う良性ポリープが多いのですが、中には初めからがんのこともあります。また、腺腫の一部にがん細胞が見られることもあり、このことが腺腫からが

んになることが多いと言われる理由ですが、大腸内視鏡検査の発達に伴い、初めからがんである小さなポリープも多く発見されるようになりました。しかし、ポリープには一般に症状がありません。やや大きくなってくると出血することがありますが、目に見える出血となることは少なく、目に見えない出血、すなわち検便(便潜血反応)でわかる出血程度のもものがほとんどです。ポリープの発見には大腸内視鏡検査が最良ですが、せめて年1、2回の便の検査が必要となります。

このポリープは良性のものが多いのですが、途中でがんになるもの、また

は、初めから悪性(がん)のポリープがありますので、危険性のあるポリープは切除した方がよいと思われます。この切除とは、おなかを切ったり腸を切ったりせずに、大腸の内視鏡で切除することができます。これが大腸がんの予防や、早期発見にもつながります。  
<富士市医師会>

**レター通信**

新聞などの報道によりますと、ことしの杉花粉は例年より少ないようですが、なにはともあれ花粉症にかかりやすい人は、外出する日や時間を選んで出かけましょう。