

センター婦人がん検診

☎ 保健女性センター 64-8992

と き 9月4日(火) 13:30~14:15
 ところ 保健女性センター
 内 容 子宮頸がん・乳がん検診
 対 象 30歳以上の女性
 受診料 1,100円(70歳以上の人などは無料)
 申し込み 電話で保健女性センターへ予約してください
 ※不正出血・子宮筋腫などがある人は医療機関での検診をお勧めします。

ヘルシーウォーキング講座

☎ 保健女性センター 64-8993

と き 9月20日~11月22日
 各木曜日 計8回
 ところ 保健女性センター
 内 容 ウォーキング、ダンベル体操など
 対 象 市内在住でコレステロール、中性脂肪値が要指導の40~64歳の人
 定 員 30人(先着順)
 受講料 450円(保険料)
 申し込み 8月20日から受け付けます。
 電話で保健女性センターへ

ライフスタイル改善講座

☎ 保健女性センター 64-8993

と き 9月4日(火)・11日(火)・18日(火)、
 10月1日(月) 13:30~15:40
 個別相談は10月9日(火)(1人40分程度) 計5回
 内 容 血管の若さを保つための生活や食事、効果的な運動についての話など
 対 象 貧血・肥満・血圧値・血清脂質値に改善の必要な69歳以下の人
 申し込み 電話で保健女性センターへ

敬老会が市内各会場で行われます

☎ 生きがい福祉課 55-2760

と	き	対象地区	と	こ	ろ	と	き	対象地区	と	こ	ろ					
9月8日(土)	10:00~	富士駅南	各	町	内の公会堂など	9月14日(金)	10:00~	吉 永	東	部	市	民	プ	ラ	ザ	
	10:30~	ケアハウスコフレ	ケ	ア	ハウスコフレアントレード富士		9:00~	広 見	広 見 荘							
	〃	すどの杜	す	ど	の 杜		10:00~	須 津	東	部	市	民	プ	ラ	ザ	
	〃	鑑石園	鑑	石	園		〃	原 田	原 田 小 体 育 館							
	14:00~	天間荘	天	間	荘		〃	大 淵	大 淵 中 体 育 館							
〃 9日(日)	10:00~	丘	広	見	荘		〃	吉 原	ラ・ホール富士多目的ホール							
	〃	吉永北	吉	永	第 二 小 体 育 館		〃	岩 松	岩 松 小 体 育 館							
	〃	青葉台	青	葉	台 小 体 育 館		〃	天 間	天 間 小 体 育 館							
	〃	伝法	各	町	内の公会堂など		〃	富 士 南	富 士 南 小 体 育 館							
	〃	富士楽寿園	富	士	楽 寿 園		〃	鷹 岡	鷹 岡 小 体 育 館							
〃 10日(月)	10:00~	神 戸	東	部	市		民	プ	ラ	ザ	9月15日(土)を中心に実施	〃	田 子 浦	田 子 浦 小 体 育 館		
〃 11日(火)	10:00~	浮 島	東	部	市		民	プ	ラ	ザ		〃	岩 松 北	各	町	内の公会堂など
	10:30~	ケアハウス富士の里	ケ	ア	ハウス富士の里		〃	広 見 南	各	町		内の公会堂など				
〃 12日(水)	10:00~	今 泉	東	部	市		民	プ	ラ	ザ		10:15~	岩 本 園	岩 本 園		
	〃	駿河荘	駿	河	荘		〃	富 士 駅 北	各	町		内の公会堂など				
〃 13日(木)	10:00~	元吉原	東	部	市	民	プ	ラ	ザ	〃		富 士 見 台	各	町	内の公会堂など	

☆敬老会対象者 75歳以上の人(昭和2年4月1日以前に生まれた人)

☆敬老祝金対象者 83歳以上の人(大正8年4月1日以前に生まれた人)



夏場は、エアコンの使用を中心に、特にエネルギー消費量が増大します。エネルギーの大量消費により二酸化炭素濃度が上昇し、地球が温暖化しています。このまま地球温暖化が進むと、洪水が起こったり、熱帯性の伝染病が広がったりするなど、環境に重大な悪影響を及ぼす心配があります。

深刻な地球温暖化にストップをかけるには、一人一人が問題意識を持ち、次のような省エネルギー行動を実行することが大切です。

- 冷房の設定温度は28℃を目安にしましょう
冷房の設定温度を27℃から28℃にした場合…年間で約380円の節約/CO₂削減量(炭素換算)1.65kg
- 冷房の不必要なつけっ放しをやめましょう
冷房を1日1時間短縮した場合…年間で約640円の節約/CO₂削減量2.82kg
- 野菜の下ごしらえには電子レンジを活用しましょう
ハウレンソウやキャベツの下ごしらえをガスコンロを使わず電子レンジで行った場合…年間で約870円の節約/CO₂削減量3.52kg

- テレビを見ないときは消しましょう
1日1時間テレビを見る時間を減らした場合…年間で約940円/CO₂削減量4.12kg
- 洗濯はまとめてしましょう
容量の8割を入れて洗う場合と、4割を入れて洗う場合を比べると、洗濯物1キロ当たりでは…年間で約3,220円の節約/CO₂削減量0.61kg
家庭で身近に使用している機器の使用方法の見直しをはじめとして、日常の省エネルギー行動を心がけましょう。

問い合わせ ☎ 環境保全課 55-2776