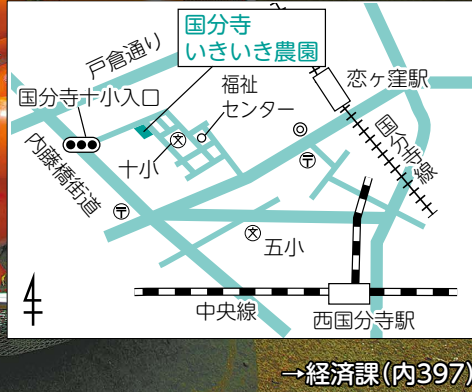


国分寺いきいき農園障害者利用ゾーン 使用団体を再募集

国分寺いきいき農園の障害者利用ゾーン(戸倉3-14-2)の区画を使用する団体を募集します。
対主たる構成員が市内在住の障害者である市内の団体
使用期間7月1日(月)～令和2年12月31日
区画1区画※約60㎡
¥27,000円(月額1,500円×18か月)
 ※一括納入。2分の1の減額措置あり
申6月14日(金)までに、いきいき農園使用申請書に必要事項を明記し、郵送(消印有効)または直接〒185-8501経済課(市役所第3庁舎)へ※多数の場合公開抽選(日6月25日(火)午後1時30分～場市役所第5庁舎1階会議室)
 ※結果は6月下旬までに申請者全員に通知

申請書記布経済課※市HPからダウンロード可



西恋ヶ窪市民農園使用者の再募集
 市内に住所を有する方※市民農園使用者を除く**使用期間**7月1日(月)～令和3年1月31日**区画**10区画(予定)※1区画約16㎡
¥7,600円(月額400円×19か月)
 ※一括納入(5月31日(金)までにはがき(消印有効)に市民農園使用申請書・住所・代表者氏名(ふりがな)・住民票上の同一世帯の中で使用する方全員の氏名(ふりがな)・電話番号を明記し、〒185-8501経済課へ※

多数の場合公開抽選(日6月12日(水)午後1時30分～場市役所第5庁舎会議室第1定15人)※結果は6月下旬までに申請者全員に通知**注**同一世帯員からの複数の申請は無効/他人名義の申請不可/当選した申請者(申請書に記載した住民票上の同一世帯員含む)には使用承認にあたり全員の氏名を記載した使用者証を交付。名義貸しや転貸、使用者証に未記載の方の使用が発覚した場合は使用承認を取り消し/抽選の照会には対応できません

いきいき農園利用者募集

生物多様性

世界禁煙デー

歯と口の健康週間

生物多様性 わたしたちにできること

5月22日は国際生物多様性の日

生物多様性とは、たくさんの生き物がつながりあって暮らしていることです。水・空気・食料・繊維、薬の原料など、数多くの生物多様性の恵みが私たちの命と暮らしを支えています。この恵みを受け続けられるように、一人一人ができることに取り組み、生物多様性を守るために行動しましょう。

わたしにもできる 生物多様性を守る取り組み

1 食べよう

地元で採れたものを食べ、旬のものを味わいましょう

2 触れよう

自然の中へ出かけ、動物園・水族館・植物園などを訪ね、自然や生き物に触れましょう

3 伝えよう

自然の素晴らしさや季節の移ろいを感じて、写真や絵・文章などで伝えましょう

4 守ろう

生き物や自然、人や文化とのつながりを守るため、地域や全国の活動に参加しましょう

5 選ぼう

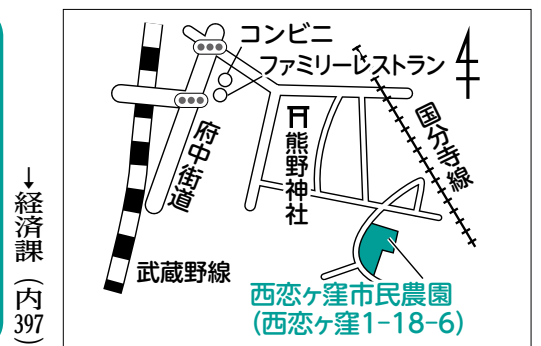
エコラベルなどが付いた環境に優しい商品を選んで買いましょ

→まちづくり計画課(内356)

6月25日(火)午後2時～3時45分
 いずみプラザ
 育ち盛りのお子さんの骨を育てる食事や、大人の骨量を維持していく食事に関して、管理栄養士が楽しく分かりやすく

託児付き栄養講座
 必要なのはカルシウムだけじゃない!
 丈夫な骨づくり講座

健康



↓経済課(内397)

市役所への申し込み・問い合わせの時間は、特記がない場合は月～金曜日午前8時30分～午後5時(正午～午後1時を除く)の受付となります。

5月31日は世界禁煙デー

世界禁煙デーは、WHO(世界保健機構)が定めた、禁煙を推奨する日です。日本では5月31日～6月6日を禁煙週間として、啓発キャンペーンを行っています。
 喫煙はがん・心臓病・脳卒中・気管支炎・歯周病など多くの疾患の危険因子といわれ、周囲の人の健康にも影響を及ぼします。この機会に禁煙・受動喫煙に関して考えてみませんか。
■受動喫煙を防止しましょう

801

受動喫煙とは、他人の喫煙でたばこから発生した煙にさらされることです。具体的には、喫煙者が吐き出した呼出煙、たばこから立ち上げる副流煙があります。受動喫煙が健康に悪影響を与えることは科学的に明らかになっており、肺がんや乳幼児突然死症候群、虚血性心疾患などのリスクが高まるため、受動喫煙防止に努めましょう
■禁煙治療をしましょう
 次の①～③すべてに該当する場合は、保険診療で治療が受けられます。①ニコチン依存症に係るスクリーニングテストでニコチン依存症と診断された方(10点中5点以上)②1日の喫煙本数×喫煙年数≧200本以上③ただちに禁煙することを希望している、医師から禁煙治療のための評価手順書による禁煙治療の説明を受け同意した方**■医療機関の紹介**多摩立川保健所☎042・524・5171へ※都福祉保健局HPからも確認できます
 ↓健康推進課☎042・321・1801

話します(試食あり)。骨量の測定結果が気になる方、骨を丈夫にしたい方は、ご参加ください。歯科衛生士のミニ講座もあります。
定40人**¥無料**申5月16日(木)午前9時から電話で健康推進課へ※**先着順**物筆記用具・飲み物**未就学児6人**※先着順
 ↓健康推進課☎042・321・1801

いつまでも 続くけんこう 歯の力

6月4日～10日は

歯と口の健康週間

イベント開催

いつまでも 続くけんこう 歯の力



8020運動を進めよう
 ①歯を磨く(2分)
 ②歯を磨く(2分)
 ③一生自分の歯で食べよう
 ④午後のスタート(ハミガキから)

歯と口の健康週間2019年6月4日～10日

6月9日(日)午前9時15分～正午

いずみプラザ

※当日直接会場へ(一部を除く)

口の健康度をチェックしてみませんか。口は全身の入り口で、健康長寿につながる大切な器官です。日頃の歯や口の健康管理を見直しましょう。歯科医師会から歯ブラシなどをプレゼントします。

- ①唾液緩衝能(*)測定
- ②口臭測定
- ③口腔乾燥測定
- ④歯科衛生士の歯みがき相談
- ⑤歯科医師の個別相談
- ⑥栄養(クイズと試食)
- ⑦生活習慣病チェック体験
- ⑧銀粘土細工「カメ(噛め)ちゃんストラップ」の作成

【定】12人【申】5月16日(木)午前9時から電話で健康推進課へ※先着順 **¥無料**催市歯科医師会
 (*) 酸を中和して中性に戻す力。
 口の中が酸性に傾いているとむし歯になりやすい



カメ(噛め)ちゃんストラップ



歯と口の健康を守り、ひと口30回以上噛む噛ミング30(サンマル)と食育を積極的に進めていくキャラクターです

同時開催 口腔がん検診

口の中にもがんを発症することがあります。食べる・味わう・話す・表情を作るなどが難しくなり、生活の質が低下する辛い病気です。検診は早期発見につながります。気になる症状がある方は、お申し込みください。
対口内炎が治らない、腫れ物・しこりなど粘膜に症状がある市内在住の方**対**歯科医師(多摩総合医療センター歯科口腔外科)による口腔粘膜診査**定**90人**¥無料**申5月16日(木)午前9時から電話で健康推進課へ※先着順

→健康推進課☎(042)321-1801