



親子のマッサージ教室

町では、生後6か月以上の親子を対象に、エアロビクス講師を招いてマッサージ教室を開催します。寒い季節ですが、親子で体を動かして健康に過ごしましょう！おじいちゃん、おばあちゃんとの参加もお待ちしております。

- 日時 2月28日(木) 10:00～11:30
- 場所 児童館
- 対象 生後6か月以上の親子 先着20組
- 申込 2月27日(水)まで
- 持ち物 飲み物、タオル
- 備考 車でお越しの際は、児童館前駐車場または鏡石駅前駐車場をご利用ください。



- 申込・問い合わせ先 健康環境課 ☎ 62-2115

◎自家消費野菜等食品放射能測定結果について

12月に実施された町内産の自家消費食品放射能検査の結果は、右表のとおりです。国の暫定基準値100ベクレル/kgを超える数値が検出された食品は、0件でした。また、井戸水の検査実施はありませんでした。

なお、検査に出される際には、正確な判定を行うため、食材500グラム以上が必要となります。着いた土(泥)などを洗い流し、食べられない部分はできるだけ取り除いた水分を含んでいない調理前の材料をご持参ください。

※材料の量や状態などで正確な判定ができない場合や町外産の食材を持参された場合は、参考扱いでの結果報告となりますのでご承知願います。

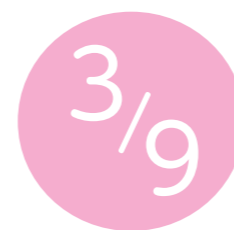
あなたの健康知識はどれくらい？

福島県では、皆さんの健康知識や理解度を測る「ふくしま健民検定」を実施します。健康に関する力試しに、チャレンジしてみたいはいかがでしょうか。

- 受検期間 2月6日(水)～3月5日(火)
- 受検方法
 - ①「ふくしま健民検定」ホームページの検定フォーム上で解答
 - ②問題用紙を事務局から取り寄せ、解答を郵送(解答時の郵便料は事務局が負担)
- 合格基準 正答率70%以上
※合格者には「認定証・ふくしま健民カード特別版」を進呈します。
- 受験料 無料
- 問い合わせ先 福島県健民検定事務局
☎ 024-927-0021 (平日 10:00～17:00)
ホームページ (http://kenkou-fukushima.jp/kentei)

- 問い合わせ先 簡易放射能測定センター (勤労青少年ホーム内) ☎ 62-2444

食品名	件数	検出件数	食品名	件数	検出件数
干し柿	3	0	大根	1	0
キウイ	1	0	葉玉ねぎ	1	0
キャベツ	1	0	ふきのとう	1	0
銀杏	2	0	ブロッコリー	1	0
黒豆	1	0	ほうれん草	1	0
ささぎ豆	1	0	落花生	1	0
竹の子	1	0	レタス	3	0
じゃがいも	1	0	合計	20	0



認知症セミナー 参加者募集！

鏡石町・天栄村認知症初期集中支援チーム普及啓発事業として、認知症セミナーを開催します。

- 日時 3月9日(土) 15:00～17:00
- 会場 文化の森てんえい (天栄村役場となり)
- ※原則事前申込制 (参加費無料)



○ファシリテーター (司会) 針谷クリニック (鏡石町) 針谷医師

＜第1部 特別講演会＞

15:00～16:00
講師 天栄クリニック 外島医師
テーマ 「認知症を知ろう！」

＜第2部 グループワーク＞

16:00～17:00
テーマ 「こんな時はどうしたら？」
認知症の様々な症状や場面での対処法などをみんなで具体的に考えていきます。



分かりやすく楽しい時間を通して、参加者1人ひとりと認知症について考えます。第1部のみや第2部のみの参加も可能です。ご家族やご友人お誘いあわせの上、ぜひお気軽にお申込み・お問い合わせください。

- 申込・問い合わせ先 鏡石町・天栄村認知症初期集中支援チーム (町福祉こども課) ☎ 62-2210



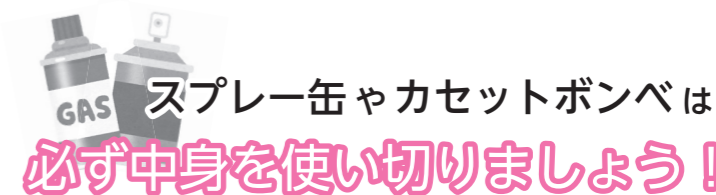
弁護士による無料の「心配ごと相談所」を次のとおり開設します。

悩み事を持つ方であれば、誰でもどんな問題でも相談することが出来ますので、お気軽にご相談ください。

相談にあたっては、事前の予約が必要になりますので、早めにお申し込みください。

- 日時 2月26日(火) 午前10時から正午まで
- 場所 町老人福祉センター
- 相談員 滝田三良弁護士

- 申込・問い合わせ先 町社会福祉協議会 ☎ 62-6428



不要になったスプレー缶やカセットボンベなどはガスが入ったまま出さないでください。ごみステーションや運搬車両、ごみ処理施設で破裂したり、火災が発生する恐れがあります。必ず使い切って、屋外で穴を開けてから資源物(金属類)として出しましょう。

■中身の確認をしましょう！

ごみに出す前に、缶を手で振って中身の有無を確認してください。「シャカシャカ」「チャブチャブ」などの音がしたら、まだ中身が残っています。必ず使い切りましょう。

■使い切れないときは

多くのスプレー缶には、ガスを出し切るための「ガス抜きキャップ」が装着されています。どうしても中身が使い切れない場合は、火気のない風通しの良い屋外でガス抜きキャップを使うなどして中身を空にしてから資源物として出しましょう。※ガス抜きキャップがない場合は、スプレーボタンを使って完全に使い切りましょう。

- 問い合わせ先 健康環境課 ☎ 62-2115