

## 健康相談会

簡単な体力測定や、もの忘れ相談プログラムなどの結果を基に、保健師、管理栄養士、理学療法士などの専門職が、健康を維持するためのポイントを伝えます。

- 時**・11月8日(水)午後1時30分～4時30分  
**所**市役所 1階 多目的ホール  
 ・11月15日(水)午前10時～正午  
**所**ピエリ守山 1階 中央エスカレーター前
- 内**・簡単な体力測定  
 (BMI、血圧、握力測定、骨密度測定 など)  
 ・もの忘れ相談プログラム  
 (タブレットでの認知機能チェック)  
 ・結果に基づく健康相談  
 ・そのほか、健康に関する相談
- 対**市内在住の65歳以上



関地域包括支援センター

☎(581)0330 FAX(581)0203

## 認知症サポーター養成講座 認知症の理解と関わり(基本の“き”) ～私たちに出来ること～

- 時**11月23日(木・祝)午前10時～11時30分  
**所**北公民館 2階 大ホール  
**内**きらめき介護塾講師が紙芝居を用いて、認知症の  
 基本知識や接し方などを講話  
**講**島尾 有子さん  
**定**30人程度  
**申**右記二次元コードまたは、電話、ファ  
 クスで下記へ申し込み。



申し込み  
フォーム



関北部地区地域包括支援センター

☎・☎(516)4160 FAX(516)4080

新・クルちゃんの No.141

## つぶやき



### タバコのポイ捨てによる火災が発生。

過日、市内でタバコのポイ捨てが原因と思われる火災が発生しました。

消防署による消火活動により大きな被害はありませんでしたが、発見が遅れていれば大規模な火災になったかもしれません。

タバコに限らず、ごみのポイ捨ては絶対にやめてください。ごみのポイ捨ては「不法投棄」とみなされ、犯罪として、法律により5年以下の懲役または1,000万円以下の罰金刑が科せられる場合があります。きれいなまちを、みんなで作っていきましょう。



関ごみ減量推進課

☎・☎(584)4692

FAX(584)4818

ごみ分別  
アプリ  
配信中!



iOS版



Android版

## 冬は特にご注意 ノロウイルスによる食中毒

食中毒は夏だけではなく、ノロウイルスによる食中毒が冬に多発しています。次のことに注意して、食中毒を予防しましょう。

- ・手洗いをしっかり行いましょう
  - ・食品は十分に加熱しましょう
  - ・体調が悪いときは休みましょう
  - ・食品を盛り付けるときは、マスク・手袋を着用しましょう
  - ・調理器具はしっかり消毒しましょう
  - ・ふん便、おう吐物の処理と消毒を適切に行いましょう
- ※ノロウイルスには、次亜塩素酸ナトリウムを用いた塩素消毒がアルコール消毒よりも効果的です。



関すこやか生活課

☎・☎(581)0201 FAX(582)1138