

募 脳いきいき教室

月ごとのテーマにそった話と楽しく頭を使いながら軽い運動を行います。

- ▶日時 8/30(木) 13:30～15:15
- ▶場所 市民交流センター 1～3会議室
- ▶費用 無料 ※申込不要
- ☎ 高齢福祉課 包括支援係

募 味工房小諸すみれ料理教室

8月のメニューは「菱野南蛮のおやつ」(信州の味コンクールアイデア賞受賞)です。

- ▶日時 8/24(金) 9:00～11:00
- ▶場所 小諸市農産物加工施設(御影新田2107-1)
- ▶定員 10人
- ▶参加費 1,000円
- ▶申込み 電話で下記へ申込み。
- ☎ 味工房小諸すみれ ☎ 25-1706

募 小諸市景観審議会の委員

小諸市景観審議会は、市の景観形成に関する重要な事項について審議する機関です。

- ▶会議概要 年2回程度 平日昼間に開催
- ▶任期 H30.10/1～(2年間)
- ▶募集人数 3人
- ▶応募資格 市民で会議に出席できる人
- ▶応募方法

8/31(金)までに作文「小諸の景観を守り育てていくために」(400字程度)に住所、氏名、性別、電話番号、生年月日を明記し、メールまたは郵送、都市計画課窓口まで直接提出してください。

- ☎ 都市計画課 まち整備係
- メール: seibi@city.komoro.nagano.jp

募 健康長寿「こもろ教室」

健康長寿をめざして、浅間南麓こもろ医療センターと共同で開催します。

- ▶日時 8/29(水) 13:30～15:00
- ▶場所 市役所3階 第1・2会議室
- ▶内容/講師

○がんの予防について/

浅間南麓こもろ医療センター 緩和ケアチーム 外科 林 医師

○小諸市の取り組みについて/健康づくり課

※30分程度の軽い運動をしますので動きやすい服装でお越しください。

- ☎ 高齢福祉課 包括支援係

知 胸部レントゲン検診

- ▶期間 8/20(月)～9/3(月) ※(土)・(日)を除く
- ▶場所 各地区公民館、市役所1階 ほか
- ▶対象 40歳以上

※1日の喫煙本数×喫煙年数が600本以上の喫煙者で痰が出る人は、喀痰検査(無料)も受けられます。

- ▶費用 無料
- ▶申込み 健康づくり課まで申込み。(申込みが済んでいない人)
- ☎ 健康づくり課 健康支援係

知 胸部低線量CT(旧らせんCT)検診

- ▶期間 8/10(金)・9/12(水)・10/16(火)・17(水)

- ▶場所 市役所1階

- ▶対象 40歳以上

- ▶費用 4,000円(40・50・60歳の方は3,000円)

- ▶申込み 健康づくり課まで申込み。(申込みが済んでいない人)
- ☎ 健康づくり課 健康支援係

知 もの忘れ相談(無料・要予約)

認知症初期集中支援チームである看護師等が相談を受けます。ご本人だけでなく、ご家族も相談できます。

- ▶日時 8/21(火) 13:30～
- ▶場所 市役所3階 第5会議室
- ☎ 高齢福祉課 包括支援係

知 人権特設相談所の開設

いじめ、差別、虐待、近隣間の騒音、金銭貸借、その他人権に関わる問題でお悩みの方はご利用ください。相談は無料で、秘密は固く守られます。

- ▶日時 8/22(水) 13:00～15:00
- ▶場所 人権センター ▶担当 人権擁護委員
- ☎ 人権政策課

知 集団特定健診(無料) 

集団特定健診は、10月下旬～11月中旬に市内の公民館や市役所(保健センター)などで実施する健診です。

- ▶対象 ①国民健康保険加入の40歳～74歳の人
②後期高齢者医療保険加入の人
- ▶申込み 8/24(金)までに健康づくり課へ連絡。(申込みが済んでいない人)

※申込みをされた人には9月末に受診券を送付します。
※個別特定健診と集団特定健診、人間ドックは重複して受けられません。人間ドックを受診した人は市民課国保年金係で補助金の申請をしてください。

- ☎ 健康づくり課 ☎ 25-1880