

## おいしく食べて健康!! 「低栄養予防教室」開催

福祉健康課

からだは1日3回の食事で作られ、考えること・動くことが出来ます。しかし、年を重ねると食欲や消化機能が低下し、粗食になりがちで、低栄養状態になりやすくなります。すると、病気の快復力や筋肉が弱くなってしまふなど、からだの不調につながります。

町では、65歳以上の方を対象に「元気で長生き出来るよう」ちょっとした食事のヒントなど、皆さんと楽しく学ぶ低栄養予防教室を開催します。

### 【日 程】

月 日	10月21日(金)	10月24日(月)	10月28日(金)
場 所	下羽栗会館(中野)	中央公民館(常盤町)	福祉健康センター(長池)
時 間	午後1時30分～3時		
内 容	◎低栄養のお話 「おいしくて簡単 食事のヒント」 ◎試食(調理実習は行いません)		
参加費	無 料		
申込期限	各会場 2日前まで		

【申込・問合先】福祉健康課

## 特定健診、ぎふ・すこやか健診を受診しましょう

保険医療課

生活習慣病予防のための特定健診、ぎふ・すこやか健診の受診期間は、10月31日までです。

生活習慣病予防は、まず健診を受けることがスタートです。早い段階でメタボリックシンドロームやその危険因子を見つけることで、自覚症状のない生活習慣病の未然防止、早期発見につながります。

まだ健診を受けていない方は、早めに受診し、検査結果を健康づくりに生かしましょう。

※国民健康保険または後期高齢者医療保険以外の医療保険にご加入の方は、加入している医療保険者が実施する健診を受診してください。

【問合先】保険医療課

## 健康相談のお知らせ

福祉健康課

町では、皆さんの健診結果の相談や生活習慣病の予防、生活上の健康管理などの健康相談を開催しています。

予約はいりませんので、直接会場へお越しください。

### 【日 程】

月 日(曜日)	時 間	場 所	
10月	11日(火)	10:30～11:30	福祉健康センター(長池)
	14日(金)		福祉会館(東陽町)
	17日(月)		総合会館(中野)
	19日(水)	14:00～15:30	福祉健康センター(長池)
11月	4日(金)	10:30～11:30	福祉会館(東陽町)
	8日(火)		福祉健康センター(長池)
	14日(月)		総合会館(中野)
	18日(金)	14:00～15:30	福祉健康センター(長池)
12月	9日(金)	10:30～11:30	福祉会館(東陽町)
	12日(月)		総合会館(中野)
	13日(火)		福祉健康センター(長池)
	19日(月)	14:00～15:30	

【相 談 員】保健師・看護師・栄養士

【問 合 先】福祉健康課

## 役場でパスポートの申請・受け取りができます

10月3日から旅券(パスポート)の申請窓口を住民課(役場1階)に開設します。

### 【申請のできる方】

日本国籍を有し、笠松町に住居登録されている方

### 【受付日・時間】

月～金曜日(祝日・年末年始の閉庁日を除く)  
午前9時～午後5時

【問合先】住民課

循環社会に奉仕する

## 有限会社 内田商会

生活系ごみ 事業系ごみ 羽島郡笠松町大池町9番地の1  
引越などの粗大ごみ TEL 058-388-1006  
FAX 058-388-0765

ゴミのことなら何でもお気軽にご相談下さい。

 高島衛生工業(有)

ISO14001  
認証取得

岐南町平成6-110

Tel: 058-248-0089

http://www.t-eisei.co.jp