

自転車交通安全教室



自転車の交通事故を防止するため、スタントマンによるリアルな交通事故再現を取り入れたスクエアード・ストレイト方式の自転車交通安全教室を開催します。

日10月8日(土)10:45~11:35(開場=10:15)

場二中校庭※当日直接会場へ

対二中学生、一般の方

注雨天時は体育館で実施。一般の方の参加不可

→交通対策課(内363)

子どもいじめ虐待防止条例市民講演会

いきいき子育てのヒント

認知行動療法に基づいた工夫

子育てをする中で自分を責めたり、イライラしたり、落ち込んだりする場面はありませんか。認知行動療法に基づいた工夫のしかたを学び、セルフコントロールをする力を高めましょう。

日11月5日(土)10:00~12:00(開場=9:30)

講横山知加さん[国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センター外来研究員(公認心理師、臨床心理士、医学博士)]

場リオンホール

¥無料

定100人※先着順

申10月4日(火)8:30~11月1日(火)17:00(日・月曜日、祝日を除く)に電話で子育て相談室または市HP☎検索1026705から東京共同電子申請・届出サービスで(右下の二次元コードからもアクセス可)

注手話通訳あり

託8人(6か月以上の未就学児)

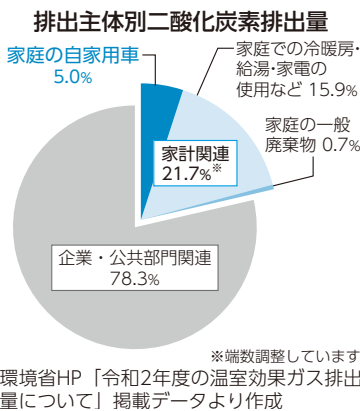
※電話で申し込み

→子育て相談室☎(042)572-8138



自転車を利用しましょう

日本の二酸化炭素排出量の約5%は家庭の自家用車からの排出です。自動車の利用を控え、自転車を利用することで、二酸化炭素排出量が削減されます。地球温暖化防止の取り組みとして、普段の生活においても、できる範囲で自転車を利用するようにしましょう。



※端数調整しています 環境省HP「令和2年度の温室効果ガス排出量について」掲載データより作成

→まちづくり計画課☎(042)314-9005

オーラルフレイル健診

(口腔機能向上歯科健康診査)

10月25日(火)13:20~14:20 いずみプラザ

加齢に伴い飲み込む力は少しずつ衰えていきます。いつまでも口から食べられるように口腔機能を測定してみませんか。

対市内在住で40歳~74歳の方※入れ歯を使用している方も可 内歯科医師による口腔内診査・舌圧測定(飲み込む力の検査)・パタカ測定(口唇や舌の動きを検査)・歯科相談 定14人※先着順。初めての方優先 ¥無料 申10月3日(月)

9:00から電話で健康推進課へ

→健康推進課☎(042)321-1801

よく噛んでおいしく食べていい笑顔 ずずちゃんママさん作



[カメ(噛め)ちゃん] 国分寺市 噛ミン30(サンマル)・食育推進キャラクター

がん検診・健康診査等受診者募集

→健康推進課☎(042)321-1801

健康を守るためには、がん検診と健診の定期的な受診が大切です。

対申し込み~受診日時時点で本市に住居登録のある下表対象者の方 ¥無料 申10月3日(月)~14日(金)に右の申込書に記入し(用紙の指定なし)、郵送(必着)または直接〒185-0024泉町2-3-8健康推進課(いずみプラザ内)へ※先着順/子宮がん検診・乳がん検診(医療機関)は12月15日(木)(必着)まで随時申し込み可/はがき1枚で1人の申し込み/同じ検(健)診または検査項目の同一年度内受診不可/電子申請可※詳しくは市HP☎検索1012512をご覧ください 注申し込み受け付け後、受診券・日程のご案内を10月下旬から順次送付します

がん検診等申込書

締切=10月14日(金)(必着)

Form with fields for name, address, date of birth, sex, and checkboxes for various cancer screening options (Breast, Lung, Stomach, Colon, Cervical, etc.)

検(健)診内容など

Table with columns for screening type (e.g., Breast, Lung, Stomach, Colon, Cervical, Breast), content, target age, number of staff, venue, and implementation date.

(*)対象年齢○子宮がん検診・結核検診=受診日時での年齢○その他の検(健)診=令和5年3月31日時点での年齢

講演会
がん検診・健康診査

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(祝日を除く)8時30分~17時(12時~13時を除く)の受付となります。