

## 庄内町 からのお知らせ

### 10月は 「がん検診推進強化月間」

多くのがんは、早期に発見すれば9割は治ります。早期発見には、定期的ながん検診を受けることが重要です。町のがん検診は年度途中でも申込みできますのでご連絡ください。

#### 【がんを防ぐための新12カ条】

- ①たばこは吸わない
  - ②他人のたばこの煙を避ける
  - ③お酒はほどほどに
  - ④バランスのとれた食生活を
  - ⑤塩辛い食品は控えめに
  - ⑥野菜や果物は不足にならないように
  - ⑦適度に運動
  - ⑧適切な体重維持
  - ⑨ウイルスや細菌の感染予防と治療
  - ⑩定期的ながん検診を
  - ⑪身体の異常に気がいたら、すぐに受診を
  - ⑫正しいがん情報でがんを知ることから
- 問・申込み：保健福祉課健康推進係 ☎0234-42-0147

### 10/17(月)～10/23(日)は行政相談週間です

国・特殊法人・独立行政法人などの仕事、手続、サービスなどで、お困りになっていること、納得のいかないこと、要望したいことなどありませんか。総務大臣が委嘱している行政相談委員が、偶数月に開設する定例相談所で「無料」「秘密厳守」でご相談に応じます。今年度は12月7日(水)、2月1日(水)に開催予定です。



山形行政監視行政相談センターでは、お電話による行政苦情110番(☎0570-090110)や、インターネット相談受付を開設しています。お気軽にご利用ください。

#### ●インターネット相談受付(総務省HP)：

<http://www.soumu.go.jp/kanku/tohoku/yamagata/toppage1.html>

#### ■問合せ：総務課文書法制係 ☎0234-42-0126

## しゃんしゃん健康講話

元気なうちから健康づくりに取り組むことが大切です。楽しみながら健康づくりをしませんか。

- 日時：11/4(金) 13:30～14:30
- 場所：JAあまるめ掘り所しゃんしゃん
- 内容：腰痛予防についてのお話と軽体操
- 講師：理学療法士
- 参加費：200円(茶菓代)
- 申込期限：10/28(金)
- 問・申込み：保健福祉課高齢者支援係 ☎0234-43-0490  
JAあまるめ掘り所しゃんしゃん ☎0234-45-1500

## カートソレイユ最上川の 指定管理者を募集します

- 業務内容：利用料金の徴収、維持管理、広報宣伝など
  - 説明会：10/14(金) コアアルザ
  - 申込締切：11/4(金)
- ※募集要項は問合せ先にあります。町HPからダウンロードもできます。詳細は募集要項で確認ください。
- 問合せ：商工観光課観光物産係 ☎0234-42-2922

## スマホ教室 电子版ワクチン接種証明書の取得方法

- 日時：10/12(水)  
10:00/10:30/11:00/11:30
- 場所：役場B棟
- 定員：各回先着10人
- 内容：新型コロナウイルスのワクチン接種証明書を取得します。
- 持ち物：スマホ(マイナンバーカード対応)、マイナンバーカード、マイナンバーカード取得時に設定した数字4桁のパスワード
- 講師：ドコモ認定講師※どのキャリアのスマホをお使いでも参加できます。
- 問・申込み：企画情報課デジタル推進係 ☎0234-43-0297

## 人権フォーラムを開催します

- 日時：11/12(土) 13:00～15:30  
(12:30開場)
- 場所：響ホール
- 内容：
  - 第一部 法務省人権作文・書道コンテスト酒田管内大会表彰式、入賞作品(作文)の発表(朗読)
  - 第二部 講演「人っておもしろい」講師/ドンキー佐藤氏
- 参加費：無料
- ※入場整理券が必要です。  
10/3(月)から、税務町民課町民係、狩川まドンキー佐藤さんちづくりセンター内立川総合支所総合支所係で配布します。
- 問・申込み：税務町民課町民係 ☎0234-42-0133

