

健康  
だより

午後健(検)診のご案内

健康課 健康推進係  
☎ 934-2243  
FAX 933-7512(代)

今年度から町の集団健(検)診で、午後から受付開始の午後健(検)診を実施しています。  
集団健(検)診の日程、予約方法は、以下の表をご確認ください。

※胃がん検診は、午前のみ受診可

健診日程	場所	受付時間	託児	電話締切	WEB締切
10月	25日(水)	午後あり 8:30~11:50 14:00~14:50		9月11日	9月11日
	26日(木)	8:30~11:50			
	27日(金)				
11月	4日(土)	午後あり 8:30~11:50	○	9月15日	9月20日
	8日(水)	14:00~14:50			
	9日(木)				
	10日(金)				
12月	16日(土)	午後あり 8:30~11:50	○	10月13日	10月31日
	17日(日)	14:00~14:50			

**予約専用電話での予約**  
☎0120-800-462  
通話料無料 (9時~17時)  
電話予約 受付期間(土日祝を除く)  
9月~10月 1日~15日

**WEBでの予約**  
24時間 受付可



<https://web-yoyaku.site/umimachi/>

令和5年度スロージョギング教室 参加者募集

スロージョギングは、通常のジョギングよりさらに遅く、歩く速さでゆっくり走る有酸素運動です。カロリー消費はジョギングと同程度で、運動が苦手な人でも楽しくて継続しやすいという特徴があります。生活習慣病予防、ダイエット、認知症予防も効果が期待でき、外出自粛中でも自宅で応用できます。



各地域コミュニティで日程や場所が異なりますので、町ホームページで確認のうえ、ご応募ください。駐車場がない地域もありますので、お住いの小学校区の会場でご参加をお願いします。

コミュニティ	日付	場所
宇美小学校区	9月7日(木)、10月5日(木)、11月2日(木)	うみハピネス
宇美東小学校区	9月20日(水)、10月18日(水)、11月22日(水)	まなびや・うみ
桜原小学校区	9月22日(金)、10月20日(金)、11月24日(金)	し〜ず・うみ
原田小学校区	9月12日(火)、10月17日(火)、11月21日(火)	南町民センター
井野小学校区	9月16日(土)、10月14日(土)、11月18日(土)	井野小学校体育館、井野小学校グラウンド

※悪天候などにより日時が変更になる場合があります。最新情報を町ホームページでご確認ください。  
▶対象 町内在住の人 ▶定員 各地区 30人 ▶申込方法 以下の申込先に電話またはFAX  
問・申 健康課 健康推進係 ☎934-2243 FAX933-7512(代)

図書館  
だより

**特集！宇美町電子図書館**  
宇美町電子図書館は、小説や絵本、ビジネス本など多岐にわたる情報が満載！電子書籍の特性として、文字の色を変えたり拡大や読み上げ機能がついているものもあり、子どもから大人まで楽しめます。ぜひ、ご利用ください。  
利用の方法は、「宇美町電子図書館 利用方法」をご覧ください。

**新着資料紹介**

一般書 『あえ麺 100 (別冊すてきな奥さん)』 堤人美 著/夏井景子 著 主婦と生活社  
そうめん、冷凍うどん、そば、中華麺に具材をのけて/炒めて/かけて、あえるだけ！肉や魚、野菜、にんにく、しょうが、調味料などがたっぷりからだ、あえ麺のレシピを紹介する。(電子図書館TRC-DL出典)

YA(中・高校生)向け 『あした、弁当を作る。』 ひこ・田中/著 講談社  
母親の作ってくれた弁当が重たく感じる。申し訳なく思う気持ちもあるのに…。いったい、ぼくはどうなってしまったのだろう？これは成長期？反抗期？ひこ・田中が、中学生男子の複雑な自立心を描く。(電子図書館TRC-DL出典)

児童書 『犬がおうちにやってきた！』 電子版 (学研の図鑑 LIVE) 井原亮 /監修 学研プラス  
犬と仲よくなりたい人に役立つ本。犬をおむかえする前の準備から、毎日のお世話、しつけ&トレーニング、犬ともしっかり仲良くなる方法、犬の気持ちまで、まんがと写真で解説します。おさんぽすごろく付き。(電子図書館TRC-DL出典)

町立図書館 ☎932-0600 FAX932-0631

雑誌スポンサー 随時募集中  
詳細は、図書館にお問い合わせください。



宇美町電子図書館 利用方法  宇美町電子図書館 新着資料はこちら 

**9月の特集コーナー**

9月20日(水)~26日(火)は動物愛護週間です。この週間にちなんで、ペットや動物の本を集めました。動物の「いのち」について考えるとともに、かわいいだけじゃない動物の魅力を再発見してください。

一般書コーナー	テーマ「未来をともに生きる 動物たちの世界」●『犬小屋アットホーム!』 大山 淳子/著 U-NEXT
YA(中・高生向け)コーナー	テーマ「い・き・も・の?!」●『約束の猫』 村山 早紀/著 立東舎
児童書コーナー	テーマ「どうぶつ だいすき!」●『命をつなぐセラピードッグ物語』 大木 トオル/著 講談社

eco **いきりサイクル情報**

不要品を有効活用して、資源の節約とごみの減量に取り組みましょう！

問い合わせ先 環境課 環境衛生係 ☎932-1111(代) FAX933-7512(代)

不要品を有効に活用して、資源の節約とごみの減量に取り組みましょう！

**ゆずってください**

- プレイジム(赤ちゃん用)
- 赤ちゃんのおもちゃ

**ゆずります**

- 夏布団 (サイズ:縦180cm×横140cm、色:ブルー、状態など:花柄、未使用)
- 佐渡ヶ嶽部屋の浴衣・反物 1本

**【申し込みできる人】**  
町内在住者 (営利目的の人や団体、18才未満の人を除く)  
「ゆずってください」「ゆずります」掲載希望の人は、申込書に必要事項を記入のうえ、**8月25日(金)**までに環境課へお申し込みください。写真(画像データ)を提供いただければ、町ホームページに掲載します。申込書は、窓口で配布しているほか、町ホームページからもダウンロードできます。  
なお、「ゆずります」の品の譲受けについて、申込者多数の場合は8月25日(金)の締切後に抽選を行い、8月31日(木)までに当選者に対してのみ電話で連絡します。  
品物の詳しい情報が知りたい方は、環境課にお問い合わせください。



宇美町からのお知らせ

まちの話題

まちの案内板

情報ステーション

お知らせ

宇美町からのお知らせ

まちの話題

まちの案内板

情報ステーション

お知らせ