

健康だより

毎月17日(減塩の日)に
健康課にて「無料検査」を受けませんか？

健康課 健康推進係
☎ 934-2243
FAX 933-7512(代)

毎月17日は「減塩の日」です。
健康課では令和7年5月から、1分で結果が分かる「尿中食塩濃度検査」を始めています。
この検査では、1日に食事などで摂っている食塩の量を推定することができます。
食塩摂取量が多い期間が長ければ長いほど高血圧などの発症リスクが蓄積されていきます。高血圧の発症や重症化を防ぐためには、まず自分が摂っている塩分量を知ることが大切です。この機会に検査を受けてみませんか？宇美町公式LINEでも、毎月ご案内します。

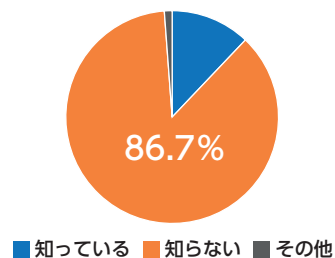
▶減塩の日

- 6月17日(火)
- 7月17日(木)
- 8月15日(金)
- 9月17日(水)
- 10月17日(金)
- 11月17日(月)
- 12月17日(水)
- 令和8年1月16日(金)
- 2月17日(火)
- 3月17日(火)

▶宇美町民の塩分摂取に関する意識

自分の塩分摂取量を知らない割合は86.7%です。

自分の塩分摂取量を知っていますか？



町立図書館
☎932-0600
FAX932-0631

雑誌スポンサー募集中！
詳しくは、図書館にお問い合わせください。



ブックリストの「夏号」を
図書館で配布しています。

7月の特集コーナー

一般書コーナー、YA(中・高校生向け)コーナー、児童書コーナーとも暑い夏に思わず体温が下がりそうな怖い話を特集します。

一般書コーナー

テーマ
「ホラーでひんやり」
●『化かす騙す』
藤田 浩子／編著
一声社



YA(中・高校生向け)コーナー

テーマ
「ホラーでひんやり」
●『博物館の少女』
富安 陽子／著
偕成社



児童書コーナー

テーマ
「こわ〜〜いのはなし」
●『いただきます。ごちそうさま。』
あさの あつこ／作
岩崎書店



クーリングシェルターをご利用ください

クーリングシェルター(指定暑熱避難施設)とは、極端な高温時に熱中症による重大な健康被害を防止するために、宇美町が指定した施設です。「熱中症特別警戒情報」が発表された際には、一般に公開され、暑さをしのぐ場所として利用できます。6月1日(日)から、町内の5か所を指定していますので、外出時などの熱中症予防にぜひご利用ください。

【指定場所一覧】

施設名	所在地	開放日時	受入可能人数
宇美町役場	宇美町宇美五丁目1番1号	月～金曜日(祝日除く) 8:30～17:15	10人程度
宇美町立中央公民館	宇美町平和一丁目1番1号	火～日曜日(祝日含む) 8:30～21:30	30人程度
宇美町地域交流センター(うみ・みらい館)	宇美町平和一丁目1番2号	火～日曜日(祝日含む) ※毎月第4木曜日休館 10:00～19:00	90人程度
宇美南町民センター	宇美町ゆりが丘一丁目3番1号	火～日曜日(祝日含む) 8:30～21:30	10人程度
宇美町こども教育総合支援センター(うみハビネス)	宇美町貴船二丁目28番1号	月～金曜日(祝日除く) 8:30～17:15	30人程度
		土曜日(祝日除く) 10:00～21:00	
		日曜日(祝日除く) 10:00～17:00	

☎ 環境課 環境衛生係 ☎932-1111(代) FAX933-7512(代)



いきいきリサイクル情報

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

- 柳原ぶらす保育園の体操服上下、トレーナー(どちらかだけでも可、サイズ100～)
- 宇美小学校体操服(150cm、半袖・長袖・長ズボン(昔のデザインではなく、今のデザイン))
- 子供用剣道用具(低学年用道着、低学年用竹刀。竹刀については、別途サイズ36も希望)

ゆずります

- 鉢 複数(中古品、まだ使用可能)
- 子供・レディース服 20点ほど(まだ使用可能)
- 保育園リュック(3年間使用、多少傷や汚れ有り)
- ハロゲンセンサーライト HA-200KO(100W2灯、新品、箱無し、取説有、動作確認無し)
- 座椅子(リクライニング、汚れ無し)
- 植木鉢(中古、まだ使用できる、サイズ:横幅40cm～47cm×高さ40cm、2個)
- カーペット(8畳、中古だが状態は比較的良好、色:ピンク)

【申し込みできる人】

町内在住者
(営利目的の人や団体、18歳未満を除く)
「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上、**6月25日(水) 17:00**までに環境課まで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、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」の品の譲り受けについて、申込者多数の場合は6月25日(水)の締め切り後に抽選を行い、6月30日(月)までに当選者に対してのみ連絡します。
品物について詳しい情報が知りたい人は、環境課にお問い合わせください。
インターネットからお申し込みが可能になりました。こちらの二次元コードからお申し込みください。

