

問い合わせ先
健康福祉課 健康長寿係
☎934-2243 FAX933-7512(代)

血圧を学ぼう!①

健康だよりでは、「血圧を学ぼう!」というテーマで掲載していきます

「高血圧」は町の健康課題のひとつであり、みなさんにも血圧に関心を持っていただき、日々の健康管理にお役立ていただきたいと思います。
「血圧」という言葉は、みなさん聞いたことがあると思いますが、そもそも血圧とはなんでしょう?

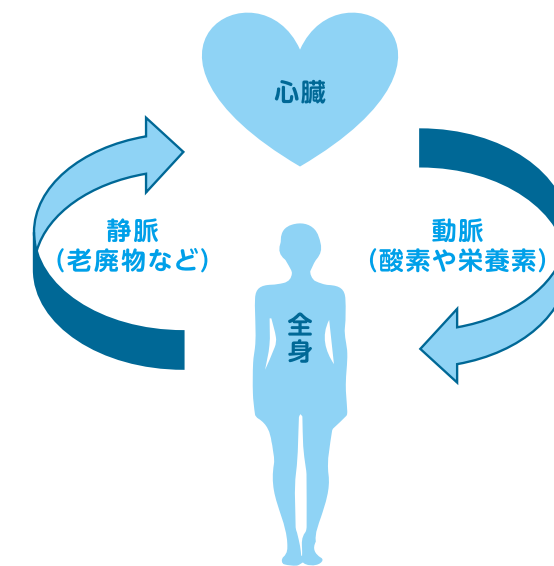
血圧とは...

心臓から送り出された血液が血管の壁を押す力のことです。心臓はポンプのように収縮と拡張を繰り返し、血液を体内に送り出しています。心臓から送り出された血液は、動脈を通して酸素や栄養素を全身に届け、静脈を通して老廃物などを回収し、再び心臓に戻ってきます。

血圧は腎臓やホルモンの働きにより、調整され、生命を維持するために必要な圧が保たれています。

しかし、生活習慣などの影響で、その調整機能がうまく働かなくなると、必要以上の圧となり、更にさまざまな病気にもつながっていきます。

私たちの生命を維持するために必要な「血圧」について、今後、健康だよりの中で豆知識をお伝えしていきます。これから一緒に、「血圧」を学んでいきましょう!



不用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!

Eco いきいき リサイクル情報

問い合わせ先
環境農林課 環境衛生係
☎932-1111(代)
FAX 933-7512(代)

ゆずってください

- 三葉幼稚園女児スカート(120・130サイズ希望)

ゆずります

- 劇団四季パンフレット(2007年マンマ・ミーア、2006年アイダ各1冊、状態良)
 - 高校野球福岡大会パンフレット(2013~2019 7年分各1冊、新品のみ 記入・落書きなし)
- ※パンフレットをゆずってほしい方は、1冊ごとにお申し込みください。
- ゴルフ道具一式(メーカー:Hogan、約15年前に購入、未使用2本あり)

申込みできる方

町内在住者

(営利目的の方や団体、18才未満の方を除く)

「ゆずってください」「ゆずります」掲載希望の方は、申込書に必要事項を記入のうえ、12月21日(月)までに環境農林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」の品の譲受けについて、申込者多数の場合は12月21日(月)締切り後に抽選を行い、12月28日(月)までに当選者に対してのみ電話で連絡します。

品物について詳しい情報が知りたい方は、環境農林課にお問い合わせください。



宇美町立図書館
☎932-0600
FAX 932-0631

「本の福袋」の貸出

町立図書館では、毎年好評の「本の福袋」の貸出を1月に行います。

「子ども福袋」と「大人福袋」各3冊入りの貸出です。

▼日時 令和3年1月5日(火)10時から
なくなり次第終了。

●子ども福袋・大人福袋各50袋
●1人1袋の貸出です。1人でも子ども福袋、大人福袋一袋ずつ借りることも出来ます。

貸出期間は、通常の15日間です。袋はプレゼントします。

1月の特集コーナー

●一般書コーナー
『モオ〜丑年』

『あかり野牧場』

本城雅人/著 祥伝社

『神様に一番近い動物』

水野敬他/著 文響社

●児童書コーナー

『今年の干支はウシ&まきばのなかまたち』

『うし』

内田麟太郎/詩 アリス館

『はなのすきなうし』

マンロー・リーフ/おはなし 岩波書店



新刊案内

●児童書

『おふろ、はいるっ!』

飯野和好/作あかね書房

湯に露天、五右衛門風呂や季節のお風呂。おじいちゃん、おばあちゃん、おとうさん、おかあさん、みんながお風呂に入っている姿と、お風呂文化の豊かさを、情感たっぷりに描いた絵本。



年末・年始休館のお知らせ

12月28日(月)~令和3年1月4日(月)の間休館します。

休館中は、本や雑誌などの返却は、返却ポストをご利用ください。CDやDVDは破損することがありますので、開館後カウンターへ返却をお願いします。

返却期限が変更になっていますので、ご注意ください。

令和3年1月5日(火)から開館します。
開館時間 10時~17時(土曜日の間)

展示コーナー

●企画展 令和2年度「町内の学校の図書館教育の取組」

町内の小中高等学校の図書館教育の取組の様子を展示します。

▼開催時間 12月25日(金)~令和3年1月27日(水)

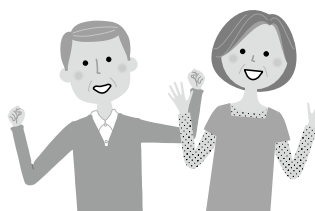
ブックリスト「冬号」配布中

ブックリストの「冬号」を図書館で配布しています。町ホームページでもご覧になれます。

収集ボランティア ペットボトルキャップ編



このコーナーでは、ボランティアなどの公益的な町民活動をしている人や団体を応援し、ボランティアの「はじめの一歩」のきっかけになるような記事を掲載しています。



☎ まちづくり課
共働推進係
☎934-2370
FAX934-2371

今月は先月号でもご紹介した、「ペットボトルキャップ」の収集ボランティアについて、詳しくご紹介いたします。

気にしなければゴミとして捨てていたペットボトルキャップ。しかし、そのペットボトルキャップで子どもたちを助けることができるかもしれません。小さなことではありますが、みなさんも収集ボランティア、始めてみませんか?

- 〜回収したペットボトルキャップはどくなるの?〜
- ①役場の庁舎内やボランティアセンターにお持ちいただいたペットボトルキャップは、回収を行っている業者(イオンモール福岡様)に搬入をします。
 - ②集まったペットボトルキャップをリサイクル業者に買い取ってもらい、その対価を、貧困に苦しむ世界の子どもたちの支援活動に取り組んでいる団体に寄付しています。
 - ③その寄付金を基に、ワクチンや栄養食などとして世界のごもたちへ届けられています。

今年度の収集状況は?

11月末までに約285kg、約70人分のポリオワクチンを届けることができました。



▲みなさんのご協力により集まったペットボトルキャップ