

募集

社協ゆうあいまりのフリーマーケットの参加者

とき10月19日(日)午前10時～午後2時
ところゆうあいまりセンター
出店料無料 / 1ブース(3m x 3m) 応募

募集数10組(多数抽選) 応募資格町内在住の人
申込・問合せ9月30日までに申込センター(766-1200)

市民医療フォーラムの参加者

とき11月8日(土)午後2時～4時30分
ところみつなかホール
内容 養調講演「地域で命を支える「あきらめない」なげださない」生き方

講師 鎌田實さん(諏訪中央病院名誉院長) 定員 先着480人
申込・問合せ 川西市医師会(759-6950)

身近な野草で染めようの参加者

とき9月26日(金)午前10時～午後3時
ところ一庫公園ネイチャーセンター
内容 秋の草むらで虫を探す

定員 先着20人
参加費600円(エコバック代など)
申込・問合せ一庫公園管理事務所(794-4970)

自然観察はじめて隊「ばったと鳴く虫たち」の参加者

とき9月21日(日)午後1時～3時
ところ一庫公園ネイチャーセンター
内容 秋の草むらで虫を探す

定員 20人(子どものみ参加不可)
参加費300円(保険代)
申込・問合せ一庫公園管理事務所(794-4970)

平成21年度障害者職業訓練生

科目・定員 ○Aシステム科・グラフィックアート科・情報ビジネス科=20人、インテリアCAD科・オフィスワーク事務科=15人
対象 身体に障害のある人
募集期間 10月1日～30日
選考日 11月12日

申込・問合せ 国立県営兵庫障害者職業能力開発校

(072-782-3210)

自衛官

防衛大学校・防衛医科大学校・看護学生を募集します。

申込期限 9月30日
申込・問合せ 自衛隊伊丹地域事務所(770-7800)

専業主婦の住居者

募集期間 9月16日～30日
案内書の配付 同16日から建設
申込方法 案内書に添付のハガキに必要事項を記入し郵送(9月30日消印有効)

問合せ 県住宅供給公社阪神支部(0798-63-4333)

講座・教室

食育教室

とき10月3日(金)午前10時～午後0時30分
ところ 子育て支援センター
内容 食育の話や親子クッキング

対象 町内在住の3才～就園前の子どもの保護者
定員 先着15組(託児あり・先着10人)
持ち物 お茶・お着・タオル・エプロン・三角巾
参加費 300円
申込・問合せ 同センター(766-7800)

お知らせ

秋の全国交通安全運動

9月21日から30日までの間、「高齢者の交通事故防止」を運動の基本とし実施されます。

重点項目 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

夕暮れ時と夜間の歩行者・自転車乗車中の交通事故防止

飲酒運転の根絶
問合せ コミュニティ課(766-8784)

住宅・土地統計調査にご協力

5年ごとに総務省が行う住宅・土地の保有状況や居住状況の把握を目的とする調査です。

町内約900世帯を対象に、9月下旬に調査員が訪問します。ご協力をお願いします。

問合せ 都市整備課(766-8704)

行政書士による無料相談会

とき9月27日(土)午前10時～午後4時
ところ イオン猪名川ショッピングセンター
問合せ 県行政書士会阪神支部(06-6426-5123)

宝くじの助成事業

全国自治宝くじの普及広報事業助成を受け、伏見区自治会が自治会館のエアコンなどを整備しました。

問合せ コミュニティ課(766-8783)

「はかってつける」だけ! 体重記録キャンペーン

生活習慣病は、増え過ぎた脂肪が原因だとされています。本町では、健康づくりの第一歩として「体重を量る」、そして「記録する」ことを通じて、皆さんの安全な減量と健康づくりを応援します。

チャレンジ期間

体重記録用紙が届いてから、2月14日までの3カ月間

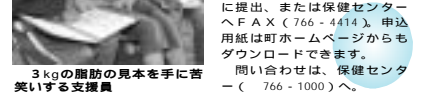
事前説明会
キャンペーンの説明と、京都医療センター予防医学研究員による「笑って得する!失敗しないダイエットのコツ」の講演

六瀬住民センター 11月9日(日)午前10時～正午
生涯学習センター 11月9日(日)午後2時～同4時

結果発表と表彰式
とき平成21年3月14日(土)午後1時30分～同3時30分
ところ 生涯学習センター

申込方法
9月16日から10月17日までに、健康課、保健センター、六瀬・日生住民センター、生涯学習センター、スポーツセンターに備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、各施設に提出し、または保健センターへFAX(766-4414)で提出し、または町ホームページからダウンロードできます。

問い合わせは、保健センター(766-1000)へ。



3kgの脂肪の見本を手に苦笑する支援員

BMI(肥満度)の計算方法

BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) × 身長(m)
18.5未満は「やせ」、25以上は「肥満」になります

あなたの食生活は大丈夫!?

内臓脂肪がたまりやすい食生活を次にあげています。チェックを入れて、確認してみましょう。

- 満足するまで食べる
- 早食いである
- 残り物をつい食べてしまう
- 野菜が不足している
- 甘い飲み物が多い
- 炭水化物の量が多い
- 夜間の食事が多い
- 甘い味付けが好き
- 飲み過ぎ、または休肝日がない

皆さんは、いくつかチェックが入りましたか? 4つ以上あれば要注意です。1つずつ減らしていくように努力しましょう。

町全体に呼びかけます。各種団体も携わります。健康づくりの推進方法については、保健センターへお問い合わせください。

本町では、平成17年度から均等委員会、全国で2番目に長寿調査は、全国で2番目に長寿(7歳)です。兵庫県下では、

町全体に呼びかけます。各種団体も携わります。健康づくりの推進方法については、保健センターへお問い合わせください。

町全体に呼びかけます。各種団体も携わります。健康づくりの推進方法については、保健センターへお問い合わせください。

町全体に呼びかけます。各種団体も携わります。健康づくりの推進方法については、保健センターへお問い合わせください。

町全体に呼びかけます。各種団体も携わります。健康づくりの推進方法については、保健センターへお問い合わせください。

町全体に呼びかけます。各種団体も携わります。健康づくりの推進方法については、保健センターへお問い合わせください。

町全体に呼びかけます。各種団体も携わります。健康づくりの推進方法については、保健センターへお問い合わせください。

町全体に呼びかけます。各種団体も携わります。健康づくりの推進方法については、保健センターへお問い合わせください。

高血圧・脂質異常症・肥満症・糖尿病といった生活習慣病は、その多くは、不健康な生活の積み重ねによって、内臓脂肪肥厚となり、これが原因となって引き起こされる。認知症や認知症予兆といった介介が必要となる生活習慣病は今や健康長寿の最大の障害となっており、若くして健康寿命が縮み、介護費用に大きな影響を及ぼしている。

健康を維持増進するためには、適度な運動によるスの良の食生活・禁煙による、普段の生活の中で実践しなければなりません。

健康に対する意識を高めていたため、積極的に健康づくりに取り組むようになった。地域全体が明るく元気なまちになるよう、昨年度から地域健康づくり支援員養成事業に取り組みしてまいりました。

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、



からだ年齢測定を体験する支援員

地域健康づくり支援員の活動

それぞれの地域に健康づくりのリーダーが活躍しています。そのリーダーが活躍している地域は、健康づくりの効果が大きく、大きな波及効果が出ています。

現在、19自治会から健康づくり支援員1期生として研修を推進しています。昨年、自ら行った健康づくりを、自ら健康づくりに取り組むことが、健康づくりの推進に大きく貢献しています。

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

健康づくりは、根気よく続けなければなりません。地道な活動は、

秋山味覚まつり開催

とき 9月28日(日)午前10時～午後3時
ところ 道の駅いながわ
内容 猪名川産の栗・椎茸・新米などの町特産品の展示販売

ふるまい餅 栗つみり(有料) 椎茸詰み放題(有料) 味噌のすくい取り(有料)

猪名川源流 太鼓の演奏など
問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

第13回いながわスポーツ祭 参加者募集

とき 10月13日(祝)午前9時～(同8時30分受付)
ところ スポーツセンター
対象 小学生以上(町外在住者も可)

募集種目・募集数
【グラウンドゴルフ】一般32組、小学生16組(5人1組)
【バドミントン】男女、小学生混合可、32組(3人1組)
【ファミリードミニオン】男女、小学生混合可、16組(4人1組) 各先着順

参加費 一般500円、小・中学生300円(保険料含む。当日徴収)

申込み・問い合わせは、所定の申込用紙に記入し、9月17日から同30日までに、持参またはFAXで体育協会事務局(スポーツセンター内 768-2277・FAX 768-0269)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

猪名川町美術展 第8回「町展」を開催

感性豊かな作品をぜひ鑑賞ください
とき 9月17日(水)～21日(日) 午前10時～午後5時(最終日は前倒し)
ところ 文化体育館

内容 絵画・洋画・工芸(彫刻など)、書写(真)

入場料 無料
問い合わせ 文化体育館(076-876-0000)

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

猪名川町美術展 第8回「町展」を開催

感性豊かな作品をぜひ鑑賞ください
とき 9月17日(水)～21日(日) 午前10時～午後5時(最終日は前倒し)
ところ 文化体育館

内容 絵画・洋画・工芸(彫刻など)、書写(真)

入場料 無料
問い合わせ 文化体育館(076-876-0000)

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

山田 さや音ちゃん

1歳5カ月(白金)

食べるの大好き、踊り上手、おしゃべり上手のさや音ちゃん。人を大切にできる優しい子に育ってね。

父 博之・母 ころさるん

片平 虎太郎くん

1歳8カ月(つづじが丘)

いつも元気いっぱい、お姉ちゃんとすくく仲良しです。

父 邦秋・母 真理さん

町内3中学校吹奏楽部による合同演奏会

第18回 オータム・ウィンズ・コンサート開催

とき 10月12日(日)開演=午後2時30分(開場=同2時)
ところ 文化体育館

出演団体 町立3中学校吹奏楽部および各校OB・OG

楽演奏者 北野徹さんとパーカッショングループ大坂

入場料 無料
問い合わせは、教育支援室(766-6006)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。

問い合わせは、町観光協会(農林商工課内 766-8709)へ。