



カラーリング親善大会・体験教室

カラーリングは、子どもから年配の方までどなたでも気軽に楽しめるスポーツです。町では「第12回寄居町カラーリング親善大会」を開催します。また、大会前に体験教室を開催します。初めての方からベテランの方まで、ぜひご参加ください。

☎ 生涯学習課 ☎ 581・2121内線531

スマイルポイント
対象事業

親善大会

▶日時／ **11** 月 **24** 日(日) 午前8時30分～
(受付8時～)

▶定員／1チーム3人編成とし、48チームまで(申込順)
▶競技方法／各チーム4試合を行い、勝数や合計得点により順位を決定します。組み合わせは当日発表します。

▶申し込み／10月24日(木)までに、生涯学習課に備え付けの参加申込書に記入し、同課へ提出してください。参加申込書は、町公式ホームページからも取得できます。

▶その他／開会式はチーム全員で参加してください。

体験教室

▶日時／ **11** 月 **3** 日(日) 午前9時30分～11時30分
11 月 **23** 日(土) 午後3時～5時

▶定員／各50人
▶申し込み／各開催日3日前までに直接、または電話で生涯学習課へお申し込みください。

共通

▶場所／総合体育館・アタゴ記念館
▶対象／町内に在住・在勤・在学の方
▶持参するもの／体育館シューズ、運動しやすい服装、タオル、飲み物等
▶費用／無料

健康
health

産業文化祭と同日開催
お出かけください！ 健康まつり

▶日時／ **11** 月 **10** 日(日) 午前9時～午後2時
▶場所／役場1階ロビー
▶内容／寄居薬剤師会と埼玉よりい病院にご協力いただき、薬剤師や管理栄養士による健康相談、骨密度測定等の健康チェックなどを行います。
▶費用／無料



骨密度測定

骨粗しょう症で骨折する人の割合は、男性の場合「5人に1人」、女性は「3人に1人」です。会場では超音波による測定を行いますので、この機会にチェックしましょう！



☎ 健康福祉課(保健指導班)
☎ 581・2121内線211・212

催し
event

資源の再使用(リユース)促進のため
フリーマーケット開催！

▶日時／ **11** 月 **10** 日(日) 午前9時～午後3時
※雨天中止
▶場所／県道寄居停車場線(ふるさとの祭典市会場内)
※地図は本誌2頁をご確認ください。
▶販売品目／衣類、靴、本、電化製品、おもちゃ、スポーツ用品等

出品希望者を募集します！

▶対象／町内在住の個人またはグループ
▶募集区画数／30区画
▶出店規模／1区画当たり9㎡
▶品目／リユースできる物で出店区画内に収まり、持ち運びできる大きさの物、衣類、靴、本、電化製品、おもちゃ、スポーツ用品等
▶申し込み／11月1日(金)午後1時30分～2時30分に総合体育館・アタゴ記念館会議室で受付を行います。
※昨年と受付場所が変わっていますので、ご注意ください。
※自らが製作した品物や食料品、タバコ、酒、動物(犬、猫等)、植物は、出品できません。

☎ 生活環境エコタウン課 ☎ 581・2121内線221・222

“もったいない” 食品ロスを減らそう！

食べ残しや売れ残りなど、本来は食べることができたはずの食品が廃棄されることを「食品ロス」といいます。日本では、年間約643万トンもの食品ロスが発生しており、国民1人当たりに換算すると、毎日お茶碗1杯分、年間約51kgのご飯の量を捨てていることになります。食品ロスの約半分は家庭から出ているため、皆さん一人一人が食品ロスを出さないライフスタイルを実践していくことが大切です。

☎ 生活環境エコタウン課 ☎ 581・2121内線221・222

➤ 買い物編

食品を買いに出かけるときは、事前に冷蔵庫や食品棚を確認しましょう。また、必要なものを必要な分だけ購入することを心掛けましょう。

➤ 調理編

賞味期限・消費期限の違いを正しく理解し、計画的に食材や食品を使いましょう。食べきれない量を作っておいしく食べきましょう。

➤ 外食編

外食時は適量を注文し、おいしく食べきましょう。小盛りメニューやハーフサイズ等を設定している飲食店もありますので、上手に活用しましょう。

➤ 宴会編

お酒が提供される宴会では、ランチと比べて約8倍も多く食べ残しが発生しています。宴会の中に、提供された料理を楽しむ時間を設け、食べ残しや飲み残しをしないよう心掛けましょう。

フードドライブで 食品ロス削減！

非常食として購入した缶詰などが、ご家庭で眠っていませんか。家庭で眠っている食品を、フードバンク等へ寄付する活動を「フードドライブ」といいます。食品ロス削減に、フードドライブも検討してみましょう。

ピンクリボン運動

ピンクリボン運動とは、乳がんの正しい知識を広め、乳がん検診の早期受診を推進することなどを目的として、毎年10月に行われる啓発キャンペーンです。町では、役場1階ロビーで乳がん検診普及啓発のパネル展示等を行うほか、図書館で「乳がん患者の手記」などを展示した特設コーナーを設置します。

パネル展示 (役場1階ロビー)

「乳がんってどんな感じ？こんな感じ？触診モデルに触ってみよう！」

▶期間／ **10** 月 **7** 日(月)～ **11** 日(金)

関連図書展示 (図書館)

▶期間／ **10** 月 **4** 日(金)～ **14** 日(月)

健康
health

治療の決め手は早期発見 **がん検診**を受けましょう！



がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン実施中！ 国では、がん検診受診率50%以上を目標に掲げ、10月に「がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン」を実施しています。しかし、町の受診率は50%を大きく下回り、がん検診を受けていない方が多い現状にあります。早期発見のために、今年度がん検診を受診していない方は、この機会に受診しましょう。

☎ 健康福祉課(保健指導班) ☎ 581・2121内線211・212

寄居町の主ながん検診の受診率 (平成30年度)

種別	受診率(%)
肺がん検診	14.4
胃がん検診	11.5
大腸がん検診	13.8
乳がん検診	8.8
子宮頸がん検診	11.8

※子宮頸がん検診は20歳以上、その他のがん検診は40歳以上で算出

この機会に
ぜひ受診しましょう！

○集団検診の実施期間

令和2年 **1** 月 **27** 日(月)まで

○肺・胃・大腸がん検診

本誌8月号をご覧ください。

○乳・子宮頸がん検診

本誌5月号をご覧ください。