健康案内

検診

年始のごみ収集開始日

年始のごみ収集開始日は下表のとおりになります。その日まではごみを集積所等に出さないで下さい。

年始はごみの量が多いため、通常の収集時間帯と異なる場合があります。

年始のごみ収集日程表（１月）

燃やせるごみ	月・木コース	７日（月）から
	火・金コース	４日（金）から
	水・土コース	５日（土）から
燃やせないごみ ペットボトル	資源とごみの収集日程表で確認して下さい。	
ビン・カン、有害ごみ、古紙・古着	※開始日は収集地区によって異なりますので、集積所の張り紙で確認して下さい。	

特別指定団体地区　都営武蔵岡住宅・小山田桜台団地・公社森野住宅・シーアイハイツは別のカレンダーがあります。団体（自治会）の担当者に確認して下さい。

問清掃事務所　☎797・7111
南収集事務所☎795・9815

○ごみの持込・粗大ごみの戸別収集電話受付
年始は１月４日（金）午前８時30分からです。
問ごみの持込
町田市コールセンター ☎724・5656
問粗大ごみの戸別収集電話受付
町田市リサイクル公社☎797・1651

○剪定枝資源化センターへの持込
年始は１月５日（土）午前８時30分からです。
問剪定枝資源化センター☎798・0551

２月の検診のご案内

問健康課☎725・5178

検診名	対象	期日	会場	内容	定員	費用	受診できない方	申し込み	受診案内
肺がん	40歳以上	25日(月)	健康福祉会館	問診、レントゲン直接撮影、かくたん検査	100人	1,200円	【共通】①既に何らかの自覚症状がある方（病院で受診して下さい）②妊娠中または妊娠の疑いがある方 【肺がん検診】①肺に関する疾患で経過観察中、治療中、手術後の方 【胃がん検診】①胃に関する疾患で経過観察中、治療中、手術後の方②過去１年以内に心臓の発作や脳梗塞等の脳疾患を発症したことのある方③現在治療中の急性期の疾患をお持ちの方④まひなどがあり検診台の上で自力で回転できない方 【乳がん検診】①乳房に関する疾患で経過観察中、治療中の方②豊胸手術を受けている方③現在授乳中の方④心臓ペースメーカーを装着している方⑤腰痛や障がい等により自力でまっすぐに立っていること（10分）が難しい方	**ハガキ（検診ごとに１人１枚、封書も可）に「肺がん検診申込」「胃がん検診申込」または「乳がん検診申込」と書き、住所・氏名（ふりがな）・生年月日・電話番号、胃がん検診または乳がん検診は希望会場・希望日（第３希望まで）を明記して、１月７日まで（消印有効）に健康課（〒194－0013、原町田５－８－21、健康福祉会館内、☎725・5178）へ**	2月上旬までにお送りします。
胃がん	35歳以上	18日(月)	鶴川市民センター	問診、レントゲン間接撮影（バリウムを飲みます）	各日50人	800円			
		19日(火)	木曽山崎センター						
		20日(水)	健康福祉会館						
		21日(木)							
乳がん	2007年４月１日～2008年３月31日の誕生日で40歳～70歳の偶数歳となる女性	13日(水)	健康福祉会館 ※２月はこの会場のみです	問診、視触診、マンモグラフィー（乳房X線撮影）	各日100人	2,800円			受診日の10日前までにお送りします。
		14日(木)							
		15日(金)							

※上記検診はいずれも町田市民で、職場等で検診の機会のない方が対象です。
※肺がん・胃がん検診は年度内（2007年４月～2008年３月）に１回受診できます。乳がん検診は２年に１回受診できます。
※希望日で割り振りしたうえで定員を超えた場合は、検診日ごとに抽選を行います。抽選にもれた方には、個別に通知します。
※集団検診のため、希望時間の指定ができないことをご理解下さい。**なお２月は男性が先に検診します。**
【非負担について】※次の方は無料になります。
●㊗老人保健法医療受給者証をお持ちの方●高齢受給者証をお持ちの方●平成19年度の市民税非課税世帯の方●生活保護受給世帯の方
※受診者に郵送される申込書により、検診当日に「負担・非負担」の届出をして下さい。

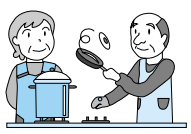
健康づくり

幼児食講習会

○対象　平成18年２月～７月生まれの子と保護者
○日時　２月１日（金）午前９時50分～正午
○会場　健康福祉会館
○内容　幼児期の栄養と発達についての話、試食、グループ相談
○定員　25組（申し込み順）
※一度参加された方や、きょうだいをお連れでの参加はご遠慮下さい。
○申し込み　電話で町田市コールセンター（☎724・5656）へ。
問健康課☎725・5422

おいしく！楽しく！健康に！料理教室

料理を通じて楽しいひと時を過ごしませんか。
○対象　市内在住の65歳以上で高齢者のみの世帯の方
○期日・会場（定員）①２月14日＝鶴川市民センター（15人）②２月28日＝木曽森野センター（20人）
○時間　午前10時～午後１時
○費用　５００円
○申し込み　１月１日～11日に電話で町田市コールセンター（☎724・5656）へ。
※定員をこえる申し込みの場合には抽選となります。抽選結果は１月25日ごろまでに連絡します。
※送迎はありません。



今年の冬は「うちエコ！」

「ウォームビズ」の取り組みを「家（うち）」の中まで広げた温暖化対策を「うちエコ！」という愛称で推進します。

【みんなで集まればうちエコ！】

各ご家庭で使用されるエネルギーの増大に伴い、温室効果ガスの排出量が増えています。この原因としては、一人で過ごす時間が増えたことも影響していると言われています。家族団らんや友達同士で集まって、楽しく、温かく省エネルギーに取り組んでみてはいかがでしょうか。

【「うちエコ！」実践のポイント】

①徒歩や自転車、公共交通機関を利用しよう。
★温室効果ガス削減だけでなく、飲酒運転や迷惑駐車の心配もなくなります。
②暖房の設定温度は20℃を心がけよう。
★寒いと感じたら上着を着るなど工夫しよう。
③食事の仕方や食べ物を工夫しよう。
★大根、ニンジンなどの根菜や、生姜、ニンニクなどの香味野菜は体温を上げる効果があるといわれています。また、鍋料理は体だけではなく部屋も暖めてくれます。
④省エネの調理を心がけよう。
★野菜の下ごしらえに電子レンジを利用する、ガスコンロの炎をなべ底からはみ出さないように調節するなど料理でも省エネを実践してみましょう。また、給湯機の温度は低く設定しましょう。
⑤電気製品の使い方や選び方を見直そう。
★電気製品はこまめに電源を切る、エアコンを使用する時は、窓やカーテンをしっかり閉めるといったことを実践しましょう。電気製品購入の際には、省エネ性能についてもチェックしましょう。

【利用して下さい】

資源エネルギー庁では、「家庭における省エネルギーの普及啓発講座」を２月末まで開催しています。10人以上集まれば、無料で講師を派遣します。詳細は（社）日本消費生活アドバイザー・コンサルタント協会（☎FAX03・3718・6154、http://www.nacs.or.jp/）へ。

問環境保全課☎724・2711

「うちエコ」については、チーム・マイナス6％ホームページ（http://www.team-6.jp/）でもご覧になれます。

問町田市シルバー人材センター鶴川事務所☎735・0154（電話回線が１回線なのでつながりにくい場合があります）、町田市高齢者福祉課☎724・2146

東京都盲高齢者スティックボール大会優勝

昨年11月６日に都内で行われた第17回東京都盲高齢者スティックボール大会で町田市視覚障がい者協会が初優勝し、報告に石阪市長を訪れました。

このスポーツは視覚障がい者のために考案され、ボーリングとゲートボールを組み合わせたものです。ゲートボールのスティックでバレーボール大の球を打ち、10メートル程度先のピンを倒し、倒したピンの数で勝敗を決める競技です。

インターネット公売のお知らせ

市税の滞納処分により差し押さえた動産（版画）の公売を、次のとおり実施します。
○公売方法　せり売
○公売参加申込期間　１月８日（火）午後１時～21日(月)午後５時
○下見会　１月11日（金）午前10時～午後３時
※会場は市役所本庁舎地下特別会議室（小）。
○入札期間　１月23日（水）午後１時～25日（金）午後１時
○入開札の場所　ヤフー株式会社が提供するインターネット公売システム上
※公売財産内容及び参加申込方法等については、納税課（☎724・2122）にお問い合わせ下さい。
また、町田市ホームページでもご覧いただけます。

出張教育相談

教育センターでは、毎月出張教育相談を行っています。
不登校、非行、勉強や進路の悩み、親と子の関係などでお困りの方は、お気軽にご相談下さい。専門の相談員がお答えします。

1月15日（火）＝堺市民センター
1月17日（木）＝鶴川市民センター
1月22日（火）＝忠生市民センター
1月24日（木）＝南市民センター
1月29日（火）＝なるせ駅前市民センター

相談は無料で、秘密は厳守します。
○時間　午前10時～正午
※相談希望の方は、事前に電話をして下さい。
問教育センター☎792・6546