

健康案内

検診

がん検診推進事業(子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券)

健康課 ☎725・5178 FAX725・5198

Table with columns for examination name, target birth dates, and examination name, target birth dates. Includes categories for cervical cancer and breast cancer.

右表に該当する方で、4～6月に町田市の子宮頸がん・乳がん検診を自己負担で受けられた方に、還付手続きに関するご案内を送付しました(未着の方は連絡を)。なお、無料クーポン券に表示のある検診以外(人間ドック等の市以外が実施する検診等)は還付の対象外です。

そらまめの会 (多胎の会)

健康づくり

母子健康手帳をお持ちのうえ、直接会場へおいで下さい。

対双子・三つ子を育てている方、出産予定の方やその家族

健康課 ☎725・5471 FAX725・5198

お知らせ

募集

認可保育園職員

詳細は各認可保育園へお問い合わせ下さい。

栄養講習会

「コレステロールや中性脂肪が気になる方」

対市内在住の方

場健康福祉会館

内 試食、保健師・栄養士の講話、グループワーク

定 32人(申し込み順)

申 電話でイベントダイヤル ☎724・5606(へ)。



カワセミ通信 82

町田市長 石阪文一

残暑というより、暑い夏がまだ続いているようです。また、夏場の疲れの出る時期でもあります。引き続き健康にはご注意ください。

しい取り組みだと思えます。さて、原町田にあります「ほっぽ町田」の広場・店舗が、8月31日にリニューアルオープンしました。

ぼっぽ町田は、株式会社町田まちづくり公社という第三セクターの事業で、中心市街地の活性化を目的に、公共駐車場の整備により荷さばきの効率化と、車での来街者の利便性を高め、同時に、市内外からの買い物客など歩行者の

は、町田市全体の活性化に寄与できることと思えます。



ぼっぽ町田のリニューアル・オープン式典



図師町の、かかしのある風景

ご案内

産業見本市出展補助事業 4次募集

市では、市内の中小企業者が展示会または見本市等に出展する場合、その経費の一部を補助しています。

対 次のすべてを満たす方 ① 市内に1年以上住民登録している個人、または本店登記を有する法人 ② 現に市内で1年以上事業を営んでいる中小企業者 ③ 市税を完納している

※補助の対象となる事業 ① 10月1日～2014年3月31日に開催される国または地方公共団体が主催・共催・後援等を行う国内の展示会、見本市等のうち、市外で行われるもの(ただし、物産展など販売

を目的とするものは対象外) ② 出展に際し、主催者へ支払う出展料(会場の使用料)の2分の1以内を補助(20万円を上限)。

※今年度、既にこの補助金を申請している場合は、対象外です。

申請期間 9月30日まで

産業観光課 ☎724・2129 FAX050・3101・9615

エコ検定受験に役立つ エコ講座

対 市内在住、在勤で、原則同日とも出席できる方

申請座名・住所・氏名・勤務先(在勤の方)を明記し、10月1日まで(必着)にハガキまたはEメールで(財)町田エコライフ推進公社(〒194-0202、下小山田町3160、町田リサイクル文化センター内、☎ecokoz@ecokosh.aoi.ty.。)

環境政策課 ☎724・4386 FAX050・3160・2758

分譲マンション管理セミナー

対 分譲マンションの管理組合役員、区分所有者等

場 市役所本庁舎

内 (有) 鈴木哲夫設計事務所

主 宰・鈴木哲夫氏による講演

定 30人(抽選)

消費生活センター 高齢者被害特別相談

対 高齢者を狙う悪質商法等の来所・電話相談を、都と共催で実施します。

高年齢者被害特別相談

対 9月11日(水)～13日(金)、いずれも午前9時～正午、午後1時～4時(午前中の来所相談受付は、11時30分まで)

場 消費生活センター

相談番号 ☎722・0001

問 同センター ☎725・8805 FAX722・4263

健康メモ (町田市医師会)

月経と体重について

月経は約1か月に一度見られるもので、卵巣から分泌される女性ホルモンの周期的な変化により起こります。性中枢である脳の視床下部及び下垂体からホルモンが分泌され、それに従い卵巣から女性ホルモンがコントロールされます。月経の周期が39日以上3か月以内の状態を希発月経と言います。月経が3か月以上こない状態のことを続発性

無月経と言います。体重が短期間に5kg以上減少、または体重の10%以上減少すると無月経になると言われています。この原因の一つとして、脂肪細胞から分泌されるレプチンという物質の分泌低下が関与していると言われています。体重減少により、分泌されるレプチンが低下し、レプチンを介した視床下部からのホルモン分泌が抑制されることで無月経となると考えられています。また、その他の摂食関連物質(インスリンなど)や、体重減少によるストレスでコルチゾールの分泌が亢進することも原因の一つと考えられています。

長期にわたる無月経は、女性ホルモンの分泌が低下し、子宮の萎縮や骨量の減少がおこるため、治療が必要になります。体重が減少していることによる無月経の治療は、まず体重の回復を図ることを優先します。標準体重の90%程度まで体重が回復すると、女性ホルモンの濃度が上昇し、月経が再開すると言われています。特に標準体重の70%以下の体重に減少している状態では、月経が貧血の助長や体力消耗の原因となるので、ホルモン療法による月経の誘導を行わずに体重の回復を優先します。体重が標準体重の90%以上に回復してもすぐに月経が回復せず、2・3年を要することも少なくありません。なかなか月経が再開しない場合にはホルモン療法で月経を起こすようにします。

公開している会議 傍聴のご案内

Table with columns for meeting name, date and time, venue, number of members, and application details.