



保健衛生

成人病検診

成人病は、日本人の死亡原因の上位を占め、自覚症状のないことが特徴です。成人病の予防、治療には、定期的な検診を受けることが大切です。

年末・年始の食品衛生

年の瀬は、お正月食品をはじめとして、多量の食品がまわります。保健所では、正しい取扱いを行い、不良食品を目を光させます。

●お正月食品のポイント
冷蔵の必要食品は、冷凍庫で保存し、お正月明けに食べる。商品が膨らんでいないか、商品が壊れていないか、必ず確認してください。

●お正月食品の消費期限
生で食べるものは、消費期限を必ず確認してください。表示のあるものは、消費期限の半分に減らして食べてください。

●お正月食品の加熱調理
生で食べるものは、十分に加熱調理してください。

健康は日頃の健康診断から

あなたの健康づくり
日曜 十月十五日(土) 午前九時～午後四時
場所 西井区民ホール
内容
▽健康チェックコーナー
①(体計測) 血圧測定、正しく乳がん検診法、②(保) 水の衛生相談、③(貯) 貯水槽水の衛生相談、④(食) 食品衛生相談、⑤(歯) 歯の衛生相談、⑥(歯) 歯の衛生相談、⑦(歯) 歯の衛生相談、⑧(歯) 歯の衛生相談、⑨(歯) 歯の衛生相談、⑩(歯) 歯の衛生相談、⑪(歯) 歯の衛生相談、⑫(歯) 歯の衛生相談、⑬(歯) 歯の衛生相談、⑭(歯) 歯の衛生相談、⑮(歯) 歯の衛生相談、⑯(歯) 歯の衛生相談、⑰(歯) 歯の衛生相談、⑱(歯) 歯の衛生相談、⑲(歯) 歯の衛生相談、⑳(歯) 歯の衛生相談、㉑(歯) 歯の衛生相談、㉒(歯) 歯の衛生相談、㉓(歯) 歯の衛生相談、㉔(歯) 歯の衛生相談、㉕(歯) 歯の衛生相談、㉖(歯) 歯の衛生相談、㉗(歯) 歯の衛生相談、㉘(歯) 歯の衛生相談、㉙(歯) 歯の衛生相談、㉚(歯) 歯の衛生相談、㉛(歯) 歯の衛生相談、㉜(歯) 歯の衛生相談、㉝(歯) 歯の衛生相談、㉞(歯) 歯の衛生相談、㉟(歯) 歯の衛生相談、㊱(歯) 歯の衛生相談、㊲(歯) 歯の衛生相談、㊳(歯) 歯の衛生相談、㊴(歯) 歯の衛生相談、㊵(歯) 歯の衛生相談、㊶(歯) 歯の衛生相談、㊷(歯) 歯の衛生相談、㊸(歯) 歯の衛生相談、㊹(歯) 歯の衛生相談、㊺(歯) 歯の衛生相談、㊻(歯) 歯の衛生相談、㊼(歯) 歯の衛生相談、㊽(歯) 歯の衛生相談、㊾(歯) 歯の衛生相談、㊿(歯) 歯の衛生相談

胃がん検診
胃がんの早期発見は、胃がん検診が最も有効です。胃がん検診は、胃の粘膜を内視鏡で観察し、異常があれば生検を行います。

子宮がん検診
子宮がんの早期発見は、子宮がん検診が最も有効です。子宮がん検診は、子宮の頸部を内視鏡で観察し、異常があれば生検を行います。

乳がん早期発見の講習会
乳がんの早期発見は、乳がん検診が最も有効です。乳がん検診は、乳房を触診し、異常があれば生検を行います。

動物の無料健康相談
犬登録と予防注射
愛護家の皆さんへ
最近、区民の方から捨て猫の苦情が多くなっています。適切な飼育をお願いします。

ペットを飼っている方へ
動物の飼育には、適切な飼育をお願いします。

住居表示板の取り替え
住居表示板の取り替えは、住居表示の正確性を保つために必要です。

にごり水・減水のお知らせ
区では、震災時に区民の皆さんの飲料水を確保するために、区内三十六ヶ所に貯水槽を設置しています。

検診日程表

検診日	検診場所	検診人数
1月12日	各日	35名
1月17日	足立保健所	35名
1月26日	足立保健所	35名
1月31日	足立保健所	35名
1月30日	江北保健相談所	45名
1月30日	中央本町保健相談所	45名
1月6日	各日	35名
1月13日	足立保健所	35名
1月20日	足立保健所	35名
1月27日	足立保健所	35名
1月10日	東京東がん検診センター	30名
1月17日	東京東がん検診センター	30名

胃がん検診
胃がんの早期発見は、胃がん検診が最も有効です。胃がん検診は、胃の粘膜を内視鏡で観察し、異常があれば生検を行います。

子宮がん検診
子宮がんの早期発見は、子宮がん検診が最も有効です。子宮がん検診は、子宮の頸部を内視鏡で観察し、異常があれば生検を行います。

乳がん早期発見の講習会
乳がんの早期発見は、乳がん検診が最も有効です。乳がん検診は、乳房を触診し、異常があれば生検を行います。

動物の無料健康相談
犬登録と予防注射
愛護家の皆さんへ
最近、区民の方から捨て猫の苦情が多くなっています。適切な飼育をお願いします。

ペットを飼っている方へ
動物の飼育には、適切な飼育をお願いします。

住居表示板の取り替え
住居表示板の取り替えは、住居表示の正確性を保つために必要です。

にごり水・減水のお知らせ
区では、震災時に区民の皆さんの飲料水を確保するために、区内三十六ヶ所に貯水槽を設置しています。

汚れていませんか お部屋の空気

最近の家は、少シマシマに自然換気が高くなり、空気中の酸素や二酸化炭素の濃度が変化しています。換気扇や空気清浄機を使用することで、室内の空気を清潔に保ちましょう。

日	場所	内容
12月6日(日)	東和保健相談所 中央本町保健相談所	花畑区民センター 本川西町 水(本川西町)
7日(月)	八幡神社 青井二丁目 青井一丁目	江古田公園南西口 第14出張所
8日(火)	ラッキーレーン 区役所第2庁舎	第13出張所 東葉原出張所
9日(水)	千住保健所 神明出張所	足立保健所 西新井大師前

※小雨実施

みつけたらご連絡ください

標識をつけた魚

区内の釣り愛好団体などで、荒川の水質浄化、河川環境の向上、また釣りを通じての青少年健全育成を目的として、荒川に魚を放流しています。放流した魚を見つけたら、必ずご連絡ください。

日	場所	魚の種類
12月7日(日)	保木園公園	加賀公園
8日(月)	六本木公園	伊勢公園
9日(火)	佐野第2公園	西新井公園
14日(日)	五丁田公園	六町公園
15日(月)	青井一丁目児童遊園	五反野コミュニティ公園
16日(火)	西沼公園	下の公園
21日(日)	元沼江公園	六月一丁目公園

足立区 コミュニティ文化・スポーツ公社だより

スポーツセンター事業案内

Table with 5 columns: 項目, 開催日時, 内容・対象, 定員・費用, オリエンテーション. Lists various sports classes like volleyball, yoga, and aerobics.

申込方法 4番の青少年教室の申込者は往復ハガキに住所・氏名・年齢・電話番号・教室名を記し、12月10日の消印まで有効...



募集 催しもの

新年子ども だっあげ大会 この大会は、冬休みを利用して、手づくりのこけし作りや、手づくりのこけし作りや、手づくりのこけし作り...

区民駅伝大会 日 一月一日(日)、午前八時(雨天の場合は十日延期) 場所 荒川青川敷右岸(住吉新橋)...

成人の日の集い 成人の日を記念して、成人の日を記念して、成人の日を記念して...

冬のお祭り 日 十二月二十七日(午後一時三十分) 場所 住いの手入れ掃除の会...

お正月区民 スキースクール 日 十二月十四日(午後五時) 場所 都民銀行住吉支店前集合...

茶道教室 日 一月十三日・十九日・二十六日 場所 妙高池の茶室...

年末・年初の都税窓口 都税窓口の年末事務取り扱いは、一月四日まで終了...

年末・年初の清掃作業 年末は、ゴミが大増えますので、早目に出してください...

野球チーム登録の更新と野球場貸出中止のお知らせ 野球チーム登録の更新にあたり、提出していただく必要書類が変更されています...

技能講習会 科目 二級建築士程度の建築施工・計画 講習期間 一月九日・十日・十一日...