

健康

介護予防事業 「自主グループ パワーアップ高取教室」

最近、身体を動かすことが減り、「足腰に自信がなくなつた」「疲れやすい」と感じている方、友だちを誘って身近な公民館で体操してみませんか。

ストレッチ体操をはじめ、音楽に合わせながら、筋力アップを行います。会話を楽しみながら、普段使わない筋肉を動かしましょう。

とき 全6回(①10月9日(木)、

②10月23日(木)、③11月13日(木)

④11月27日(木)、⑤12月11日(木)

⑥12月18日(木)

午前11時～正午

ところ 高取公民館

対象・定員 市民20人

持ち物 タオル、飲料、運動し

やすい服装と運動靴

費用 2,000円程度(6回分)

※参加人数によって参加費が変わることがあります。

申込方法 9月30日(火)までに電話で申込

申込・問合せ先

いきいき広場内保健福祉グループ
☎52-9871

エクササイズ教室



音楽にあわせてストレッチ体操や筋力アップ体操などを行います。最近「足腰が弱くなった」「体力が落ちてきた」と感じている方、みんなで楽しく身体を動かしましょう。

とき 10月～平成27年3月

の第2・4木曜日(全12回)

午後1時30分～2時30分

ところ 吉浜公民館

対象・定員 市民20人

持ち物 タオル、飲料、運動し

やすい服装と運動靴

費用 2,000円(12回分)

申込方法 10月1日(水)までに電話で申込

申込・問合せ先

いきいき広場内保健福祉グループ
☎52-9871

その他

終戦当時引揚者の方々からお預かりした

通貨・証券などを
返還しています

名古屋税関では、終戦後に外地より引き揚げてこられた方々が、税関などに預けた通貨や証券などを返還していますが、今なお引き取り手がなく、保管されたままになっているものが多数あります。

返還請求・問い合わせは、家族の方でも構いませんので、心当たりのある方は気軽に問い合わせてください。

返還している通貨・証券など

・上陸地の税関または海運局に預けられた通貨・証券など

・帰国前に在外公館や日本人自治会などに預けられた通貨・証券などのうち、その後日本に返還されたもの

※通貨は旧日本銀行券、旧日本軍票など

※証券などは支那事変割引国庫

債券、大東亜戦争割引国庫債券など
問合せ先
財務省名古屋税関監視部監視
通関部門
☎052-654-4060

不法投棄や資源ごみ
持ち去りは犯罪です



不法投棄は「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」第25条で5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金、またはその両方となっています。

道路、田畑、空き地などに不法投棄をすることは、犯罪になりますので、絶対にしないでください。

また、分別収集拠点から資源ごみを持ち去ることは、「高浜市みなでまちをきれいにしよう条例」で禁止されています。

市でもパトロールを実施し、不法投棄や資源ごみ持ち去りの情報を集めています。目撃情報がありましたら、市役所市民生活グループへ連絡してください。
問合せ先
市民生活グループ
☎52-1111 (内線264)

9月10日～16日は
「自殺予防週間」

自殺は、さまざまな要因が重なり「心理的に追い込まれた末の死」であり、その多くは自殺の前に「うつ」や「アルコール依存症」などの心の病気を発症しています。

心の病気に早く気づき、治療につなぐことが、自殺を防ぐことにつながります。

あなたやあなたの身近で、悩んでいる方がいたら、専門機関に相談してください。

一人で抱え込まず、助けを求めることが何よりも大切です。

また、悩んでいる方の話を傾け、温かく寄り添いましょう。

衣浦東部保健所では、電話や来所で「こころの健康相談」を実施しています。

問合せ先

衣浦東部保健所健康支援課

☎21-4778