

集団健康診査のお知らせ

(○は午前、△は午後)

検診項目	特定健康診査・後期高齢者の健康診査	がん検診					骨密度	
		胃がん(バリウム)	大腸がん	肺がん・結核	子宮がん(頸部)	乳房がん		
受付時間	8:00～10:00	8:00～9:30	8:00～9:00	8:00～9:30	13:00～14:00			
自己負担金	40歳未満	500円	500円	200円	レントゲン 無料 レントゲンと喀痰 200円	500円	500円	200円
	40～69歳	無料						
	70歳以上	※会社の健康保険に加入の方は自己負担あり	無料	無料	無料	無料	無料	
11月11日(火)	市民健康センター	○	○	○	○	△	△	△
12月6日(土)		○	○	○	○	△	△	△

◆**申込方法** 電話で市民健康センターへ。定員になり次第締め切りますので、お早めにお申し込みください。
 ◆**受診方法**
【特定健康診査・後期高齢者の健康診査】
 *必ず受診券と健康保険証をお持ちください。*血液検査がありますので、空腹で受診してください。
【胃がん検診】
 *前夜9時以降は絶食で受診してください。脱水予防のため、コップ1杯程度の水やお茶は検診の2時間前まで飲むことができます。*普段から常用の心臓薬や血圧の錠剤は起床時に服用してください。ただし、血糖を下げる薬や粉剤は服用しないでください。
【大腸がん検診】
 *大腸がん検診を受けられる方は、事前に市民健康センターで検査セットをお渡しします。
【骨密度検診】
 *骨粗しょう症の早期発見のため、検診を受けましょう。

申込み・問合せ先 市民健康センター ☎475-8011

「市長と語る会」を開催します

例年、各地区で市長と語る会を春と秋の2回開催しているところですが、今回は様々な立場の方からご意見をお聞きするため、左記の日時・対象で開催します。
 滑川市の明るい未来のために、市民の皆さんが日ごろ感じておられること、提言したいことなどをお聞かせください。

主な対象者	とき	ところ
① どなたでもご参加いただけます	11月10日(月) 19:00～21:00	市民交流プラザ 3階多目的ホール
② 乳幼児保護者	11月16日(日) 10:00～12:00	市民交流プラザ 3階研修室1(和室)
③ 子育て世代 小学生保護者	11月17日(月) 19:00～21:00	市民交流プラザ 3階多目的ホール
④ 中学生保護者	11月18日(火) 19:00～21:00	市民交流プラザ 3階多目的ホール
⑤ 女性	11月30日(日) 10:00～12:00	市民交流プラザ 3階多目的ホール

※お子さま連れでもご参加いただけます。
 ※②の乳幼児保護者対象の際には、お子さまをお預かり

空き地の雑草は責任を持って管理しましょう

空き地の雑草管理が適正に行われていないと、周辺の美観を損ねるだけでなく、害虫の発生や不法投棄・火災・通行妨害の原因となります。
 空き地の雑草などが繁茂し、近隣の生活環境が損なわれないよう、所有者または管理者は草刈りを実施するなど、責任を持って管理しましょう。

富山地方方法務局魚津支局

(魚津市本町1丁目3番2号)
 ☎0765-2210461
 ▼問合せ先
 生活環境課(内線331332)

新幹線開業!

ピカピカとやま一斉清掃運動
 来年春の新幹線開業に向

食育コーナー

～白ネギのクリーム煮～

白ネギは、富山を代表するブランド野菜で、滑川でもたくさん収穫されます。寒さが増すほど甘みが増え、柔らかいのが特徴です。

材料(4人分)			
炒め油	小さじ1	白ワイン	大さじ1
タマネギ	1個	牛乳	100cc
ジャガイモ	4個	シチューの素	25g
ニンジン	1/3本	塩・コショウ	少々
白ネギ	2本	生クリーム	大さじ1
ベーコン	2枚	水	3カップ
白インゲン豆	20g		
コンソメの素	5g		

(1人分 158kcal)

作り方
 ①タマネギは角切り、ジャガイモは一口大、ニンジンはいちょう切り、白ネギは斜め切りにする。
 ②ベーコンは、2cm位に切る。
 ③白インゲン豆は、茹でておく。
 ④油でタマネギ、ジャガイモ、ニンジンを炒め、②③を加えたあと、水を入れてやわらかくなるまで煮る。
 ⑤④に牛乳、調味料を入れて味を調える。
 ⑥白ネギと生クリームを入れて仕上げます。

学校給食共同調理場栄養教諭

休日当番医

☎は新川地区の当番を掲載

月日	当番医	電話番号	所在地
11月2日(日)	毛利医院	475-0054	四間町
	近藤歯科クリニック	0765-74-0023	入善町
3日(祝)	伊井外科医院	475-1160	加島町
	小杉歯科医院	0765-82-0063	朝日町
9日(日)	石坂眼科医院	475-0387	四間町
	歯科魚津医院	0765-74-0158	入善町
16日(日)	石坂医院	477-1818	嘉大窪
	辻歯科医院	476-6811	中川原
23日(祝)	厚生連滑川病院(内科系)	475-1000	常盤町
	公園通り歯科	475-8881	常盤町
24日(月)	吉見病院	475-0861	清水町
	やすだ歯科	476-6480	上小泉
30日(日)	中村内科医院	476-6222	中川原
	水橋歯科医院	475-0577	田中町
12月7日(日)	鷹取医院	475-0345	清水町
	藤井歯科医院	475-0352	田中新町

*診療時間は9:00～17:00です。症状などにより受診できない場合がありますので当番医にご確認ください。
 *都合により当番医が変更になる場合があります。一般医は消防署(☎475-0180)、歯科医は県歯科保健医療総合センター(☎433-2039)で確認できます。

「建設リサイクル」

建設産業では、建設リサイクル法に基づき、再生資材として利用できる特定の建設廃棄物(コンクリート塊やアスファルト塊、木材など)の「分別解体」と「リサイクル」を積極的に推進しています。
 しかし、一方では依然として建設廃棄物の不法投棄が見受けられます。
 公共工事に限らず、一般家屋の解体などの際には、業者に適正な分別解体・再資源化を促すなど、建設リサイクルの推進にご理解とご協力をお

▼問合せ先
 (公財)とやま環境財団
 ☎431-4607
<http://kz.or.jp/2014cleanp/>
 富山県環境政策課企画係
 ☎444-3141

け、来県される方を、よりきれいな富山県にお迎えするため、本年10月から12月までの期間、県内の清掃活動を推進する「新幹線開業!ピカピカとやま一斉清掃運動」を実施しています。みんなで清掃活動に取り組みましょう。
 詳しくは、とやま環境財団のホームページをご覧ください。

「県産品の消費拡大月間」

12月7日(日)までの期間、県内のりんご産地が、各地でイベントを開催するほか、抽選で100人の方にりんごなど(3千円相当)が当たるプレゼントキャンペーンを開催します。
 ▼問合せ先
 北陸地方建設副産物対策連絡協議会 事務局
 ☎025-280-8880
<http://www.hr.mlit.go.jp/giyutu/fukusanbutsu/>

「全国一斉女性の権利ホットライン強化週間」のお知らせ

人権擁護委員による無料電話相談を開催します。お気軽にお電話ください。
 とき 11月17日(月)～23日(祝)
 ※土曜・日曜日は、午前10時～午後5時

対象者 女性の権利に関してお悩みの方
 相談内容 夫・パートナーからの暴力、職場などにおけるセクハラ、ストーカー行為、その他女性をめぐる各種の問題

女性の人権ホットライン
 ☎0570-070-810

▼問合せ先
 市民課(内線313)

人材マッチングフェア

ハローワーク魚津・滑川では、管内の求人企業約40社(予定)が一堂に会する人材マッチングフェア(合同就職面接会)を開催します。
 一度に複数の企業と面接で

