

食生活改善推進員養成講座 栄養教室参加者募集

問・申保健課

☎773・6811

食生活改善推進員は、食を通じて地域の健康づくりのお手伝いをしています。食育に興味がある、食生活を改善したい、人と話をするのが好きな人など、一緒に活動してませんか。

対 市内に住所を有し、教室終了後に活動できる人

日 9月29日(木)、10月14日(金)・28日(金)、11月11日(金)・29日(火) (全5回)

午前9時30分～11時45分 (受付：9時15分)

※調理実習は集団では実施しません。自宅で3回程度取り組んでいただきます

会 ふれあい支援センター〔坂戸〕

内 食生活改善推進員の活動と健康づくりについて、講義や調理実習、運動の体験などで学びます。

※詳しくはお問合せください
費 無料 (自宅で実施する調理実習材料費は自己負担)

メ 9月21日(水)

介護予防フェアを開催します

問 南魚沼市地域包括支援センター

☎773・6675

いきいきとした生活を送るために介護フェアに参加して、楽しく無理なく健康づくりや趣味活動を体験してみませんか。グッズ配布あります。ぜひ、みなさんでおこしください。

※新型コロナウイルス感染症予防対策を講じて実施します

日 9月25日(日)

午前9時30分～午後0時30分

会 ふれあい支援センター

内 多目的ホール

・血管年齢測定
・骨強度測定
・握力測定

・筋力づくり体操の体験
・健口づくりについてなど
※健康ポイント対象事業です

くらし・相談



弁護士による無料法律相談

問・申消費生活センター

☎772・2541

マルチ商法や資格商法による消費者トラブル、多重債務、不動産、相続、離婚などの法律問題の相談。

日 9月15日(木)

午後1時30分～4時

会 塩沢市民センター

定 5人 (1人約30分)

メ 9月14日(水) 正午

申 電話でご予約ください (受付：午前9時～午後4時)

※弁護士との相談時間を有効に使えるよう、申し込み時に相談員が概要を伺います。相談内容によっては、お受けできない場合があります

臨床心理士による「こころの相談会」

問・申子ども・若者相談支援センター

☎788・1951

あなたが抱えている悩みを話してみませんか。

対 市内在住のニート・ひきこもり・高等学校不登校などに悩む義務教育終了～39歳の若者または家族

日 10月12日(水)

午後1時30分～2時30分

会 子ども若者相談支援センター

申 申込期間

9月13日(火)～10月4日(火)

申 電話でご予約ください。時間を有効に使えるよう支援員が事前に概要を伺います。

他 支援員による電話相談・来所相談は随時受付中。

※来所相談は要予約

9月10日は「下水道の日」 くげすいどうめくりめぐってまたあおう！

問 下水道課 下水道業務係

☎774・2740

下水道に接続しましょう

下水道は、みなさんが接続しなければ事業効果を発揮することができません。

くみ取り便所は、下水の処理が可能となつてから3年以上に水洗便所に改造することが法律で義務付けられています。浄化槽を設置している場合でも、浄化槽整備地区を除

き速やかに接続しましょう。令和3年度末の市内の下水道普及率(下水道が利用できる人口割合)は99.0%、水洗化率(下水道を利用している人口割合)は92.5%です。

利子補給制度があります

市では下水道接続工事に対して、百万円を上限とした融資の利子補給制度を設けています。詳しくは、お問い合わせください。

排水設備工事は指定工事店で

トイレの改造や排水設備工事は、市が指定した「指定工事店」でなければ行うことができません。指定工事店は、みなさんに代わって市役所への書類の申請手続きなども行います。工事は、指定工事店に依頼してください。

下水道は正しく使いましょう

下水道には、水に溶けない紙や固形物を流さないでください。処理場などでタオルやおむつなどが、ポンプを詰まらせる事故が発生しています。

下水道に灯油やえんぶら油を流すと処理に影響が出ますので、流さないでください。一人ひとりがルールを守って使うよう心がけましょう。

