

### 全国戦没者追悼式出席希望者募集

戦没者の遺族で出席を希望する人を対象に、毎年8月15日に開催される全国戦没者追悼式の出席者を募集します。  
期間 8月14日(水)・15日(木)  
(1泊2日)

※交通費と宿泊費は、国の定める支給額により国が負担します(場合により自己負担あり)

会場 日本武道館(東京都千代田区北の丸公園2-1-3)

定員 2人程度(南魚沼市枠)

※応募者多数の場合は、選考・抽選を行います。詳しい行程などは出席者のみに連絡します

戦没者の範囲 昭和12年7月7日以降の戦争による死没者で、原則として新潟県に本籍地があった人

遺族の範囲 市内に居住する戦没者の血族、戦没者の配偶者の血族とこれら血族の配偶者

選考基準

- ・過去の追悼式に未参列の希望者を優先
- ・戦没者1人に対して、参列

遺族は原則1人  
・付添人を介しなくても盛夏に団体行動のできる健康な人  
締切 5月31日(金)

田 福祉課 厚生福祉係、大和・塩沢市民センター

問 福祉課 厚生福祉係

☎77336667

「世界禁煙デー」をきっかけに、禁煙にチャレンジしてみませんか

5月31日は世界保健機関(WHO)が定める「世界禁煙デー」、5月31日(金)〜6月6日(木)は「禁煙週間」です。

喫煙は多くの病気と関係しており、予防できる最大の死亡原因であることがわかっていきます。

喫煙による本人・周囲への影響

がん、慢性閉塞性肺疾患(COPD)、脳卒中、心筋梗塞、乳幼児突然死症候群(SIDS)など

禁煙治療を受けよう!



たばこに含まれるニコチンは、麻薬やアルコール以上に依存性が高い薬物です。禁煙できないのは、自分の意思が弱いせいではありません。

県内には、健康保険を使って禁煙治療が受けられる医療機関があります。カウンセリングや生活指導といった精神面での禁煙サポートや、ニコチンガム・ニコチンパッチを使用したニコチン置換療法などによる治療が行われます。保健課では、医療機関を紹介しています。禁煙の意志がある人は、気軽にご相談ください。(参考)厚生労働省 生活習慣病予防のための健康情報サイト)

厚生労働省 受動喫煙対策に係るコールセンター

☎0120251262

問 保健課 保健業務班

☎7736811

歩数計を貸し出します

ウォーキングは、いつでもどこでも、ひとりでもできる身近で簡単な運動です。歩数計でふだんの歩数や頑張った歩いた日の歩数を確認しながら、健康づくりをしませんか。

貸出・返却窓口 保健課

月曜日・金曜日(祝日を除く)

返却期限 3月31日(月)まで

※必ず返却期限を守ってください

問 保健課 ☎7736811

新潟県健康ウォーキングロードを歩いてみませんか

市内には、新潟県健康ウォーキングロードに登録された6つのウォーキングコースがあります。ウォーキングはマイペースにできる身近で簡単な有酸素運動で、運動不足の解消や気分転換、ストレス解消などに有効です。

ウォーキングをすると、南魚沼健康ポイントが1日1ポイントたまります。歩数計をつけて、水分補給をしながらウォーキングロードを歩いてみませんか。

天人上田の庄・登川ウォーキングロード

登川河川公園を起点に沢口橋までの登川沿いを歩く自然豊かな約3.5kmのコース。ゆきぐに牧之通りまち歩きコース

鈴木牧之記念館を発着とし、長恩寺、牧之通り、雪の結晶、機屋小路を歩く、約2.6kmのコース。

天人坂戸城址・銭淵公園ウォーキングロード

市民の憩いの場として整備された銭淵公園内を歩く約1.2kmのコース。

六日町駅前通り・兼続地区まち歩きコース

六日町駅を発着とし、お六と桂姫の像、直江兼続公伝世館、兼続通りを歩く歴史や自然を間近に感じることができ約3.5kmのコース。

八色の森公園コース

「健康の杜」計画により整備された散策型公園内を歩く約4kmのコース。

天人毘沙門堂ウォーキングコース

八色の森公園を発着とし、魚野川を渡り、毘沙門堂を歩く約3.4kmのコース。

詳しくは



問 保健課 ☎7736811