

実行委員募集

はたち 令和6年 東金市二十歳の集い

二十歳を迎える市民のための式典「東金市二十歳の集い」を盛り上げてくれる実行委員を募集します。

活動内容▶記念事業の企画(毎月1回程度市役所で会議)、式典前日の会場設営、当日の受付や司会・進行など

応募条件▶平成15年4月2日~平成16年4月1日生まれで、実行委員会や式典前日の会場設営などに参加できる方

定員▶25名

締切▶5月31日(水)

問い合わせ▶生涯学習課 ☎(50)1187



自分たちの手で式典を盛り上げてみませんか

中高年のための 初心者スマホ講座

非常時に、情報を自分で得たり、周りとコミュニケーションをとって助け合えるよう、スマホの操作を学びます。

とき▶6月12日~8月28日の第2・4月曜日(全6回)午後1時30分~3時30分

※6月は第2・3月曜日です。

ところ▶ふれあいセンター

対象▶スマートフォンをお持ちの方

定員▶先着10名

費用▶500円

問い合わせ▶社会福祉協議会 ☎(52)5198

第36回 福祉バザー

福祉バザーが復活。売り上げは地区社協活動やボランティア活動推進の財源になります。東金の地域福祉のためにぜひご協力ください。

とき▶6月18日(日)午前9時~正午、午後1時~2時

ところ▶ふれあいセンター

※提供品目を制限しています。詳しくは回覧でお知らせします。

家族介護教室

備えて安心!介護の知恵

東金商工会議所福祉のまち推進委員会で開催。知っておくと役に立つ介護の知識や技術を、体験を交えてお伝えします。介護される方と家族の元気を応援します。

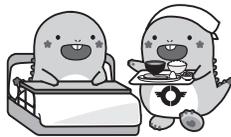
とき▶6月7日(水)午前10時~11時30分

ところ▶東金商工会館1階

定員▶先着30名(要事前予約)

締切▶6月2日(金)

申込・問い合わせ▶(社福)ゆりの木会ゆりの木苑 ☎(50)8111



広告欄

はじめての方、いつでも診療いたします。

厚生労働大臣指定 医療法人 社団 歯友会

東金デンタルクリニック

歯科/小児歯科/矯正歯科/歯科口腔外科

診療時間 平日 AM9:00~PM7:00 休診日 年中無休

日・祝祭日 AM9:00~PM6:00

東金市東金1146 (東金駅入口)

TEL.0475-52-0418

ファミリー歯科

歯科/小児歯科/矯正歯科/歯科口腔外科

診療時間 平日 AM9:00~PM7:00 休診日 年中無休

日・祝祭日 AM9:00~PM6:00

東金市東岩崎2-25-14

(東金バイパス ケンタッキー隣り)

TEL.0475-55-8111

漢方相談

肩こり 痛み しびれ 冷え 頻尿 不妊 ホテリ 汗 便秘 ち 鼻 不眠 不安 うつ 過食 肥満 喘息 ニキビ シミ 乾癬 かゆみ 耳鳴り めまい 更年期 チック症 味覚・嗅覚障害 コロナ後遺症

漢方専科ファーマシーはぎわら

東金駅東口 徒歩1分 ロータリー内

相談時間 10:00~12:00 14:00~19:00 定休日 日・祝

予約制 ☎0475-52-1818

〒303-0801 千葉県東金市東金1-1-1 東金駅前ビル1F

薄毛でお困りの方に オススメの美容室



白髪染めにはぜひヘナを! お好みの色に染まり 髪に艶とコシがでます!!

カラー(多種あり)+カット+ブロー ¥8500~ パーマ+カット+ブロー ¥8000~ カット ¥3500~

新規の方!全メニュー1000円引(カットも可)

美容室D・D

☎52-5551

東新宿1-4(市役所近く)

東金市ホームページ バナー広告募集中



総合トップページに掲載 150x60ピクセル 月10,000円

広告 広告 広告 広告

バナー広告 募集ページ 秘書広報課 ☎(50)1114

地元で働きたい方集合! 地元企業お仕事フェア

地元で就職を希望している方と地元企業のマッチングを目的とした「地元企業お仕事フェア」を東金市・山武市・大網白里市・横芝光町・九十九里町合同で開催します。企業の方と直接話せる絶好の機会です。地元で働きたい方はご参加ください。

とき▶6月1日(休)午後1時~4時

ところ▶山武市成東文化会館のぞくプラザ

内容▶各企業の会社PRと仕事内容の説明 ※申込不要です。直接会場へお越しください。

問い合わせ▶商工観光課 ☎(50)1155



農業用廃プラスチックの一斉回収

農業用のビニール、ポリエチレン、肥料袋・培土袋などの廃プラスチックを回収します。下図を参考に荷姿を整えて搬入してください。

とき▶6月8日(木)・9日(金)午前9時~11時30分、午後1時~3時30分

※2日間のうち都合のよい日に搬入してください。

搬入場所▶千葉園芸プラスチック加工(株)(小沼田)

費用▶1kg当たり45円

持ち物▶印鑑(認め印)

◆搬入にあたっての注意事項

①事前の登録が必要です。未登録の農家の方はご連絡ください。

②農業用ビニール・農業用ポリエチレンは分別してください。

・分類1=ビニールA(平成23年3月に展張されていたビニール)

・分類2=ビニールB(ビニールA以外のビニール)

・分類3=ポリエチレン

③水分・土砂は、十分に取り除いてください。

④再処理をします。針金・ホチキスなどの金属類、木片、マイカー線、ハトメなどは必ず取り除いてください。

⑤結ぶひもは、廃棄物と同じ素材のもの(ビニールはビニールひも、ポリエチレンはポリエチレンひもかマイカー線)を使用してください。

⑥1つを10kg程度にまとめ、下図のように束ねてください。

⑦登録番号は、束ねたビニールの中央に油性のマジックなどで記入してください。ビニールの束それぞれに記入が必要です。

※一斉回収日以外の随時回収は行いません。次回は10月下旬を予定しています。

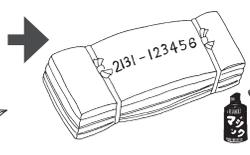
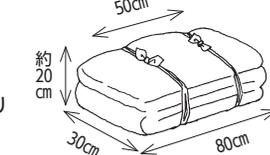
問い合わせ▶農政課 ☎(50)1137

荷造りと荷姿

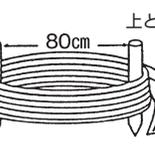
【農業用ビニール】



つづら折り

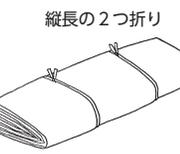


【ポリエチレンフィルム】



上と同じつづら折りまたはグルグル巻き

【肥料袋・培土袋】



縦長の2つ折り

広告欄

広告掲載に関する問い合わせ▶秘書広報課 ☎(50)1114

第13回

認知症予防と睡眠 その1

アルツハイマー病を引き起こすアミロイドというタンパクは睡眠中に脳から排除されることがわかっています。若者が参加した断眠実験では、一晩徹夜するだけでアミロイドが脳に溜まってしまっても明らかに減りました。ちょっと溜まったくらいではその後十分に眠ることで排除することができますが、高齢者になるとどうでしょうか。40歳くらいから徐々に深い睡眠が減って浅い睡眠が増えていく状況を「睡眠老化」といいます。アミロイドは深い睡眠の時に効率よく排除されるため、中年以降は知らぬ間にアミロイドが蓄積しやすい体質に変わっていくといってもよいでしょう。また、ベッドで横になっている時間に対して実際に眠っている時間の割合を「睡眠効率」といい、高齢者では睡眠効率が悪くなることも知られています。認知症予防にはこのような点を乗り越えて7時間眠るのがひとつの目安といわれています。(次回に続く)



秀野院長 [認知症専門医]

医療法人 静和会 浅井病院 東金市家徳 38-1 ☎58-1407

認知機能検査が 新しくなります! 質問に対する視線の動きから認知機能の状態を評価し、認知障害を調べるVRを使用した認知機能検査が新しくオプション検査に追加されます。脳ドック希望の方には無料でご案内します。

※東金市がこの広告における企業・製品・サービス内容について推奨するものではありません。