



とうがね

主な内容

- 地籍調査を実施…………… 2
- 交通安全教室…………… 2
- 夏季祭礼シーズンにおける雑踏事故防止…………… 3

東金市民憲章

わたくしたち東金市民は

- 郷土を愛し、環境をととのえ、住みよいまちをつくりましょう。
- 互いにいたわり、笑顔や誇りを忘れず、心ふれあうまちをつくりましょう。
- からだをきたえ、誇りをもって働き、豊かなまちをつくりましょう。
- きまりを守り、力をあわせて、明るいまちをつくりましょう。
- 歴史を尊び、教養を深め、香り高い文化のまちをつくりましょう。

知れば一生の得!
楽しく役立つ健康知識

健康教室

参加者募集

無料だよ!

とうがね健康マイレージ対象事業



健康づくりは日々の積み重ね。健康教室では、生活習慣病予防やバランスの良い食事についての知識を、楽しく身につけられます。また、教室で得た新しい発見は、自分や家族の健康づくりにも役立ちます。



参加者の声

身近なのに知らないことが多く、自分のためになりました。

家族の健康を考え、運動を取り入れた生活をしていきたいです。

毎回、新しい知識に刺激を受け、楽しく受講できました。

日常生活の送り方が重大な病気につながることに気づかされました。



この教室は、食生活改善会員の養成講座を兼ねています。市職員だけでなく食生活改善会員も講師を担当します。

※食生活改善会員(通称「食改さん」)とは、食を通じた健康づくりを各地区のコミュニティセンターなどで行うボランティアの方々です。

とき 下表の午後1時30分～4時ごろ ところ ふれあいセンター

日付	テーマ
① 8月17日(木)	・食生活改善会について ・健康づくりの基礎 手作りスポーツドリンク試飲 ※お土産付き
② 9月25日(月)	・フレイル(高齢者の虚弱)予防 ロコモ予防の軽体操
③ 11月13日(月)	・災害への備え ・生活習慣病予防 正しい手洗い、調味料の計量実習
④ 12月5日(火)	・食事バランスと献立 ・食中毒予防 塩分濃度の異なるみそ汁の試飲
⑤ 1月16日(火)	・骨粗しょう症を知ろう ・食生活改善会員との交流会 骨を強くする軽体操 ※お土産付き

※状況により中止、変更することがあります。

※3回出席すると修了証が発行され、希望により「食改さん」として、地域で活動できます。

※本年度は、調理実習室の空調設備が修繕中のため、調理実習は行いません。

対象▶市内在住の20～70歳くらいの方

定員▶先着30名

締切▶7月18日(火)

申込・問い合わせ▶健康増進課 ☎(50)1174

健康コラム

夏場の水分補給は塩分に注意

蒸し暑くなる日が増えてきましたね。特に暑い季節は十分な水分補給が必要ですが、塩分の摂り過ぎには注意が必要です。食塩摂取の目標量は、1日あたり、成人男性で7.5g未満、女性で6.5g未満ですが、実際の摂取量はこれを大きく超えています。よほど大量の汗をかく場合でなければ、通常の食事の他に塩分を摂る必要はありません。市販のスポーツドリンクにも塩分が入っていますので、薄めて飲んだり、水も用意して交互に飲むなど工夫してご利用ください。



▶▶▶とうがね健康プラン21(第2次)推進中

子ども医療費助成受給券の更新・申請手続きはお早めに

子ども医療費助成制度は、0歳から中学3年生までのお子さんの医療費を助成する制度です。新規に受給券の交付を受けるときには申請が必要です。まだ受給券をお持ちでない方は、早めに申請してください。

すでに受給券をお持ちの方には、8月以降に使用する新しい受給券を7月下旬に郵送します。

◆更新に必要な書類の提出について
次の①②に該当する保護者で、書類の提出がお済みでない方は、新しい受給券が発行できません。速やかに提出をお願いします。

①保護者が市外に在住の方
②保護者が市外に在住の方
③保護者が市外に在住の方
※令和5年1月1日時点で住民登録をされている市町村から取得してください。

令和4年中の所得を申告している方(会社勤めで収入は給与所得のみであり、年末調整が済んでいる方を除く)は、申告書の控え(所得税の申告は税務署、所得税の申告は必要ない方は令和5年1月1日に住民登録があった市町村で申告後、申告書の控えを持参)申請・問い合わせ▶子育て支援課 ☎(50)1202

令和5年度

低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金

食費などの物価高騰に直面し、影響を特に受ける低所得の子育て世帯を支援するため、給付金を支給します。

支給金額▶児童1人につき5万円

※収入要件があります。
※受給は年度内1回限りです。

ひとり親世帯

対象▶①3月分の児童扶養手当を受給している方など(申請不要)
②公的年金を受給している、3月分の児童扶養手当の支給が全額停止されている方(要申請)
③所得制限を超えている方で、食費などの物価高騰の影響で家計が急変し、収入が制限額以内の水準に下がっている方(要申請)

支給方法▶①児童扶養手当の受給口座に振込/②申請書の口座に振込

対象▶①令和4年度に実施した子育て世帯以外の方

育て世帯生活支援特別給付金の支給対象だった方(申請不要)
②令和5年3月31日時点で18歳未満の児童(障がい児の場合20歳未満)を養育しており、令和5年1月1日以降の家計が急変し、住民税非課税相当の収入になった方(要申請)

※令和6年2月29日(木)までに生まれた児童が対象です。

支給方法▶①児童手当または特別児童扶養手当の受給口座に振込/②申請書の口座に振込

【共通事項(要申請の場合)】
支給時期▶7月下旬以降
申請方法▶給与明細書など収入額が分かるものを添えて申請
※年金を受給している方は、年金額が分かる書類も提出してください。

申請期限▶令和6年2月29日(木)
申請・問い合わせ▶子育て支援課 ☎(50)1202

所有する土地の「正確な地図」を作ります 地籍調査を実施

平成27年度から市内全域を対象に地籍調査を実施しています。今年度は上谷、下谷、西中のそれぞれ一部と、上谷新田の全部の区域で実施予定です。

対象となる土地の所有者の方へは、7月ごろから資料を送付します。ご理解、ご協力をお願いします。

◆地籍調査とは
一筆ごとの土地について、土地所有者の立ち会いを経て、地番・地目・面積などを明確にし、簿冊(地籍簿)と正確な地図(地籍図)を作成するための調査です。



地籍調査の流れ

①説明資料の送付

調査対象の土地の所有者に説明資料を送付し、地籍調査の内容や必要性についてお知らせします。

②一筆地調査(現地調査)

一筆ごとの土地について、土地の所有者の方の立ち会いのもとで、自分の土地と隣人の土地の境界確認をするともに、地番や地目などの調査を行います。



※地籍調査では、この一筆地調査がとても重要です。

③地籍測量

一筆ごとに位置を決め、測量を行います。各筆の筆界点をもとに正確な地図(地籍図)を作り、面積を測ります。

④成果の閲覧

一筆地調査と地籍測量により作成した「地籍簿」と「地籍図」の案を、土地の所有者の方が確認する機会を設けます。ここで確認された結果が、最終的な地籍調査の成果になります。

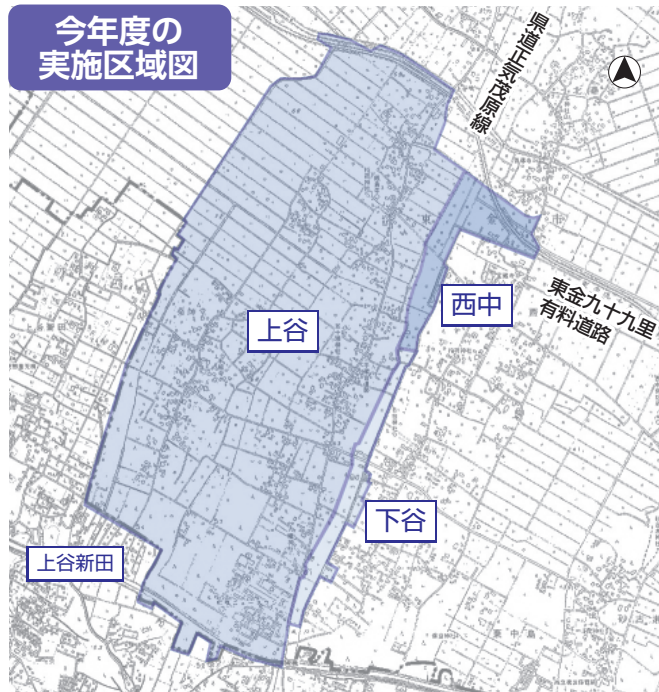
⑤登記所に送付

「地籍簿」と「地籍図」の写しを登記所に送付します。登記所では「地籍簿」をもとに登記簿を修正し、公図の代わりに「地籍図」を登記所に備え付けの正式な地図とします。

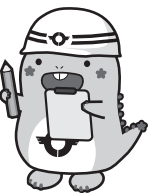


以後、登記所では地籍調査の成果を不動産登記の資料として活用します。

今年度の実施区域図



- ◆地籍調査のメリット
 - ①土地所有者の費用負担は原則不要です。
 - ②所有権移転登記などの手続きは行政では行いません。
 - ③土地トラブルを未然に防止したり、土地取引の円滑化が図れます。
 - ④災害からの速やかな復旧が図れます。
 - ⑤固定資産税の課税が適正化されます。



問い合わせ▼建設課
☎(50)12221

消費ナビ

想定外の高額請求!トイレ修理トラブルに注意

消費者ホットライン ☎188(いやや)

◆内容

トイレの修理業者を、インターネットで検索し「修理〇〇円～」と記載のある業者に依頼した。最初の作業では改善せず、ドリルのようなもので詰まった異物を粉碎することになった。「通常50万円だが半額にする」と言われた承し、詰まりは解消した。手持ちの現金がなく翌日支払うと伝えたがダメだとわれ、ATMで引き出して支払った。後日他の業者に聞いたら、ありえないほど高額だと言われた。

◆アドバイス

・広告に表示された料金で作業できるとは限りません。広告の料金をうのみにせず、依頼する際は、その料金での作業内容や追加料金が発生しないかなどを確認しましょう。

- ・想定していないほど高額な料金の作業を提案された場合は、作業を断るようにしましょう。また、請求額や作業内容に納得できないときは、後日納得した金額で支払う意思があることを示しつつ、その場での支払いはきっぱり断りましょう。
- ・地域の工務店などの、安心して依頼できる事業者の情報を日ごろから集めておきましょう。
- ・広告表示額と請求額が大きく異なる場合など、クーリング・オフできる可能性もあります。

◆消費生活相談

相談費用▶無料 ※電話相談は通話料金が発生します。

問い合わせ▶東金市消費生活センター(商工観光課内)

☎(50)1238

交通安全教室

みんなで学ぼう交通ルール

子どもたちが楽しみながら交通ルールを学ぶイベントです。東金警察署や東金交通安全協会の方々から教わります。

とき▶7月2日(日)午後1時20分~4時(午後0時30分開場)

ところ▶東金文化会館大ホール

対象▶就学前児童~小学生(保護者同伴)

内容▶交通安全のお話/千葉県警察音楽隊による演奏会/模擬信号機を使った横断歩道の渡り方体験

※申込不要です。直接会場へお越しください。

問い合わせ▶青少年相談員連絡協議会事務局(生涯学習課内) ☎(50)1205

相談ガイド

市などの公共機関で行う相談です。すべて無料ですので気軽にご相談ください。

相談名	とき	ところ	問い合わせ	内容・備考
消費生活相談	毎週月~金曜日(祝休日・年末年始を除く) 10:00~12:00、13:00~15:00	消費生活センター(市役所3階)	消費生活センター ☎(50)1238	悪質商法などの消費者トラブルや多重債務の相談に応じます(電話相談可)
職業相談	毎週月~金曜日(祝休日・年末年始を除く) 9:30~17:00	市役所別棟1階	地域職業相談室 ☎(52)1104	職業紹介やパソコン検索が利用できません 雇用保険受給手続きは管轄のハローワークで受け付けます
交通事故相談	7/3(日)10:00~15:00	市役所402会議室	消防防災課 ☎(50)1119	保険請求・示談などの交通事故の相談(要予約)
人権・行政相談	6/15(木)、7/18(火) 13:00~16:00	市役所202会議室	総務課 ☎(50)1117	人権上の悩みや、国の業務への要望などの相談
家庭児童相談	毎週月~金曜日(祝休日・年末年始を除く) 9:00~16:00	子育て支援課内	家庭児童相談室 ☎(50)1168	子育て上の悩みや親子関係、虐待などの相談に応じています
専門(弁護士)相談	①6/21(水)、②7/19(木)10:00~16:00 (予約=①受付中、②7/12(水)~電話のみ)	ふれあいセンター視聴覚室	社会福祉協議会 ☎(52)5198	先着10名、初期相談に限ります(1人30分)
心配ごと相談	第2・第4火曜日(祝休日の場合は翌平日) 13:30~16:30	ふれあいセンター視聴覚室	社会福祉協議会 ☎(52)5198	日常生活の中のちょっとした困りごとをご相談ください
ボランティア相談	毎週月~金曜日(祝休日・年末年始を除く) 13:00~17:00	ボランティアセンター(ふれあいセンター2階)	社会福祉協議会 ☎(52)5198	活動に興味がある、活動をしたい、依頼したいなどの相談
子育て相談	毎週月~金曜日(祝休日・年末年始を除く) 15:00~17:00(要電話予約)	簡易マザーズホーム(ふれあいセンター2階)	簡易マザーズホーム ☎(54)1197	乳幼児の発達に関する心配ごとについて
家庭教育相談	毎週月~金曜日(祝休日・年末年始を除く) 9:00~16:00	市役所別棟2階	家庭教育相談室 ☎(54)0783	いじめや不登校、子育てなど教育問題について

※移動交番、保健ガイド(ふれあいセンターの健診・教室・相談、予防接種、山武健康福祉センターの検査・相談)、休日当番医ガイドは、毎月1日号に掲載しています。

とうがね
インフォメーション
Togane Information

催し・講座

**MADE IN OCCU
PIED JAPAN②**
海を渡った洋食器
戦後の占領下で輸出された陶磁器などを展示します。
とき▼6月27日(火)～7月29日(土)午前10時～午後4時
※日・月曜日は休館です。
ところ▼城西国際大学水田美術館
術館
スライドトーク▼7月8日(土)午後2時～2時30分、図書館1階
岡城西国際大学水田美術館 ☎(53)2562

募集

千葉県警察官募集
申込期間▼6月27日(火)～8月15日(火)
一次試験▼9月17日(日)
職種▼警察官AⅡ大学卒見込者、大学既卒者/警察官BⅡ高校卒見込者、高校既卒者など
※詳しくはお問い合わせください。
東金警察署 ☎(54)0110

収税課から **納期限のお知らせ**
市民税・県民税 (普通徴収)【第1期】
納期限 6月30日(金)
納期限内に忘れずに納付しましょう
夜間・休日の納付相談と納付窓口
とき▶6月25日(日)午前8時30分～午後5時15分
ところ▶収税課
※夜間窓口は6月20日(火)に実施します。

納期内納付をお願いします
市税などは、納期限内に納めるもので、納期限を過ぎても納付がない場合、督促状が送付されます。そのままにしておくとしり押さえなどの滞納処分を受けることがありますので、納期内納付をお願いします。
問い合わせ▶収税課
納付相談について ☎(50)1227
納付窓口について ☎(50)1129

課税課からのお願い～たばこは地元で買いましょ～

お知らせ

6月23日(金)～29日(木)は **男女共同参画週間**
性別にかかわらず個性と才能を發揮できる社会を実現するには、一人ひとりの取り組みと意識が必要です。
この機会に、男女共同参画社会と「自分らしさ」について考えてみませんか。
岡企画課 ☎(50)1122

シルバー人材センター 入会説明会
東金市シルバー人材センターでは、年間を通じて会員を募集しています。入会には、説明会への出席が必要です。興味のある方は、ぜひご参加ください。
とき▼6月19日(月)、7月18日(火)、8月21日(月)、9月19日(火)、10月16日(月)、11月20日(月)
ところ▼東金市シルバー人材センター事務所
持ち物▼①本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)②筆記用具③年会費3千円
東金市シルバー人材センター ☎(58)1888

労働力調査にご協力を
総務省統計局と千葉県では、毎月「労働力調査」を実施しています。国の経済政策や雇用対策などの基礎資料を得ることを目的とした重要な調査で、総務省が毎月公表している「完全失業率」の基礎になっています。対象となつた世帯には調査員が伺いますので、調査へのご協力をお願いいたします。
とき▼6月、10月
ところ▼北幸谷の一部
※調査員は、調査員証を携帯しています。
岡県統計課 ☎043(223)2220

行政書士無料相談会
とき▼6月15日(木)、7月20日(木)午後1時～3時30分受付
ところ▼東金中央コミュニティセンター
内容▼相続、遺言、贈与、契約

相談



今月の休日窓口は**6月25日(日)**
毎月最終日曜日に住民票の写しや各種証明書の一部を交付します。交付できる証明書など、詳しくは担当課へお問い合わせください。
問い合わせ▶住民票・戸籍・印鑑証明関係…
……市民課☎(50)1131
市民税関係…課税課☎(50)1128
納税関係……収税課☎(50)1129

夏季祭礼シーズンにおける 雑踏事故防止
7月上旬から県内各地で、夏祭りや花火大会が開催され、多くの人出が見込まれます。
熱中症に注意しながら、雑踏事故防止のため、警察官やガードマンが行っている警備にご協力ください。
◆イベントではこんなことに注意
○転倒事故の原因となるため、前の方を押ししたり、無理に進まない。
○階段や坂道では足下をよく確認し、前の方に続いてゆっくり進む。
※夜間は周囲が見えにくくなるので、特に注意してください。
○子ども連れの方は、手をつなぎ、はぐれないようにする。
○スマートフォンを見ながら歩かない。
○人の流れを遮って写真撮影をしない。
問い合わせ▶東金警察署 ☎(54)0110

大会などの結果
東金市バウンドテニス大会(ミックスダブルス戦) Aブロック(フランチナール) 優勝▼小林道・佐々木 準優勝▼黒崎・渡邊 第3位▼塚田・祐 ◆Bブロック(シニールペア)で120歳以上の部) 優勝▼田中年・田中寿 準優勝▼日詰・山越 第3位▼松崎俊・井之上
内容証明など市民法務の相談および困りごとの相談 ※申込不要です。直接会場にお越しください。電話での相談はできません。
岡千葉県行政書士会無料相談事務局 ☎090(4017)5697

今月の施設休館日
東金図書館(臨時窓口・事務所)▼19・26
東金文化会館、東金アリーナ▼19・26
トレーニングセンター▼20・27
児童館▼19・26

文化会館ガイド ※他にも催し物がございます。会館ホームページをご覧ください。 <https://www.tobunspo.or.jp/>

TOGANEシネマ Vol.43
映画『ラーゲリより愛を込めて』
6月24日(日) [大ホール]
① 9:30(開場 9:00)
② 13:00(開場 12:40)
③ 16:00(開場 15:40)
※各回入替制(上映時間133分)
当日券は、各回の開場時刻より販売します。
【チケット料金】
全席自由 一般 1,000円
高校生以下(3歳以上) 700円
出演:二宮和也、北川景子、松坂桃李、中島健人、寺尾聰、桐谷健太、安田顕 他
監督:瀬々敬久
原作:辺見じゅん
脚本:林民夫
シベリアの収容所であるラーゲリで捕虜となるも、希望を捨てずに生き続けた山本幡男の熾烈な半生を描いた伝記映画。
運命に翻弄されながらも 再会を願い続けた2人の11年に及ぶ“愛の実話”
[当日券のみ]

宮田大&大萩康司 デュオ・リサイタル
7月8日(日) 14:00 開演 [大ホール] 【チケット料金】
※未就学児のご入場はご遠慮願います。 全席指定 3,000円
宮田大(チェロ)
大萩康司(ギター)
今、最も注目のチェリスト、宮田大。国内外で熱狂的支持を得るギタリスト、大萩康司。日本を代表する二人のトップアーティストが各地・各時代に輝く名曲を奏でる極上のひととき。
【Program】
・ジョン・ダウランド:さあ、もういちど愛が呼んでいる
・ホアキン・ニン:チェロとギターのためのスペイン組曲
・レイフ・ヴォーン・ウィリアムズ(藤井敬吾編):あげびほり
・モーリス・ラヴェル:亡き王女のためのパヴァーヌ
・ミシェル・ルグラン:映画「ロシュフォールの恋人たち」より キャラバンの到着
・アストル・ピアソラ:ブエノスアイレスの四季より 秋/春 他
[発売中]
フラフェスティバル in 東金Ⅷ
8月20日(日)13:00開演 [大ホール]
【チケット料金】全席自由1,500円
山武郡市内で活動しているフラ団体14組が出演。田中新率いるハーラクエオラケラナキラとスペシャルバンドによるゲストステージにもご期待ください。
[6月18日(日)発売]

共催事業
竹之内淳子ソプラノコンサート
～ジュンコ、タケシ、マキコの音楽室へ～
8月6日(日) 14:00開演 [小ホール]
【チケット料金】全席自由 大人 2,000円
学生(大学生まで) 1,000円
ソプラノ:竹之内淳子 ピアノ:鈴木真貴子
【ゲスト】バリトン 岩田健志
松尾女声コーラス ききょう
山武市職員合唱団 ザ・ミードルズ
[発売中]
おやこdeオペラ「シンデレラ」
～0歳でもOK! みんなが楽しめる歌芝居～
9月10日(日)14:00開演 [小ホール]
【チケット料金】
全席自由 大人 1,600円
子ども(小学生以下) 1,000円
※3歳未満は保護者の膝上無料
【出演】二期会B.L.O.C千葉
[発売中]

街かどアイドル

千葉県立東金高等学校
バスケットボール部 キャプテン
もろおか ゆうな
師岡 友奈さん(高校3年生)



中学時代、選抜チームで出会ったチームメイトに誘われたことがきっかけで、東金高校のバスケットボール部に入部しました。先生や先輩の推薦があり、現在はキャプテンを務めています。

リーダーシップや技術力もあるチームメイトがたくさんいる中で、自分がキャプテンとして選ばれたのは驚きでしたが、選ばれたからにはチームをまとめ、常に声を出し続け、どんな試合状況でもみんなを引っ張り、上を目指していきたいと考えています。

今のチームは、学年に関係なく、分け隔てなくコミュニケーションがとれ、ひとりがみんなのため、みんながひとりのために思いやりをもって行動できる、明るいチームだと思っています。

私にとって、みんなと過ごす部活動が一番楽しく、大切にしたい時間です。出会えた先輩、後輩を含めチームみんなまで勝ち取ったこれまでの勝利は、最高の宝物です。

県大会では、新人戦で5位、関東予選で7位に入賞しました。6月の総体予選でベスト4に進出することが今のチーム目標です。チーム一丸となって練習に励み、勝利をつかみ取りたいです。

練習以外でも、バーベキューやお花見、クリスマス会など、定期的に行われるイベントを全員で楽しみ、悔いのない高校生活を送りたいと思います。



- ・関東高等学校体育大会千葉県予選会第7位
- ・千葉県高等学校新人体育大会第5位
- ・千葉県高等学校北総地区大会優勝

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
歯科医師臨床研修指定診療所

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

5/16 ときがね湖をウォークラリー



ヘルスサポーターの会による、ときがね湖ふれあいウォーキング開催。歩きながら、東金市ロコモ体操、脳トレ、輪投げ、クイズなどに挑戦し、楽しく健康への意識を高めました。



ゲームに挑戦しながら湖を一周

東金のシニア仲間はいっいきい♪



ヘルスサポーターの会「ふれあい」

地区ごとに10支部に分かれ、定期的なウォーキングやグラウンド・ゴルフなどのイベントを行っています。参加してみたいいかがですか?

問い合わせ▶会長 角田(つのだ) ☎090(6187)7650

5/18 城西国際大学江戸のメイクアップ

城西国際大学水田美術館で展示会の関連イベント「江戸の化粧再現講座」が開催されました。紅ミュージアムの講師が当時の化粧本を元に手順を解説。実演では、美しいメイクアップが施されました。



江戸の町娘を再現

紅を引いて...

完成!!

後ろ姿も素敵!



展示もたくさん!

当時のお化粧は、おしろいの白、紅の赤、眉やお歯黒の黒の三色が基本でした。



TOGANE.CITY

取材ノートや街かどアイドルで載せきれなかった写真を、Instagram、市ホームページで紹介しています

広告欄

広告掲載に関する問い合わせ▶秘書広報課 ☎(50)1114

不動産買取ります!

空き家・アパート

- ◆現金買取可能!
- ◆所在地は問いません。
- ◆居住者がいても相談可!
- ◆再建築不可・事故物件・違法物件何でもご相談下さい!

宅建建物取引業 株式会社トータルアセット
千葉県知事(1)第18211号 小林 0475-78-5775
東金市上武射田2417-1-1F

第14回

認知症予防と睡眠

その2



秀野院長【認知症専門医】

睡眠は身体や脳を回復・修復させ記憶を固定するために大切に深い睡眠が重要です。深い睡眠は脳が疲れているときに得やすくなるので7時間しっかり眠るためには脳が疲れることが必要です。例えばきつい運動をした日などはぐっすり寝てしまったことは皆さん経験されていると思います。しかし、若いときはそのような活動がたくさんできても、高齢になって、特に退職後ともなるとなかなか難しくなってきました。第10回・第11回で述べたように、友人とたくさん楽しいおしゃべりをしたり一緒に運動するなどすると、活動中脳は興奮状態になっておりその後の疲労が生まれます。すごく楽しく興奮した、映画で大興奮したなどのあと「あー疲れた」なんて口に出たことはありませんか?つまり脳の活性化とは脳を興奮させ適度な疲労を残すことなのです。気持ちの興奮・盛り上がりによって「アドレナリンがでた」と思える体験を増やしましょう。

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。

宝くじ公式サイト 宝くじがネットで購入できる!



宝くじ公式サイト 宝くじの収益金は、明るく住みよいまちづくりに使われます

お問い合わせ先 宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) TEL 011-330-0777 (有料)