

これから先もずっと健康で！ 10月集団健診のお知らせ

毎年健(検)診を受けて自分
のからだの点検と、生活習慣
の見直しに役立てましょう！
日時
10月1日～15日の平日
午後1時15分～3時10分

※日時につきましては、こち
らで指定させていただきます
す。日時の変更やキャンセ
ルを希望される方は、お早
めに保健福祉課健康推進係
へご連絡ください。

ご家族で同じ時間を希望さ
れる方、送迎の都合などで、
時間変更を希望される方も、
必ずご連絡ください。ご連絡
がない場合は会場でお待ちい
ただくことがあります。
会場
保健センター
(役場1階です。5月7日
から庁舎移転しました。)
受診方法

今年1月に各種健診申込書
等にて申し込まれた方には、
9月上旬に問診票などの必要
書類を郵送します。申し込ま
れていない方で健診を希望さ
れる方は、お早めに保健福祉
課健康推進係へご連絡くださ
い。

各健診の詳細については、
次表をご確認ください。

	特定健康診査	基本健康診査	大腸がん検診
対象者	御代田町国民健康保険に加入している40歳～74歳までの方	75歳以上の全町民	40歳以上の全町民
自己負担料金	1,000円 (平成31年3月31日時点で40、50、60歳の節目年齢の方は無料)	無料	1,000円
検査内容	身長・体重・腹囲・検尿・血圧・問診・血液検査・内科診察 (※医師が必要と判断した場合、心電図・眼底検査実施)	身長・体重・検尿・血圧・問診・血液検査・内科診察	便潜血検査2日法
備考	40歳以上の方は、肝炎検査(1,000円)・50歳以上の方は、前立腺がん検診(1,000円)を同時に受けられます。ご希望の方は、自己負担料金をご持参のうえ、当日受付にてお申し出ください。		

問い合わせ先

保健福祉課健康推進係

(32)25554

女性人権委員による 「暮らしの中の悩 み事相談所」開設

家庭内における様々な問題、
近隣のもめごと、プライバシー
に関する問題、いじめな
ど子どもに関する問題など、
暮らしの中での様々な問題に
ついてお悩みの方は、お気軽
にご相談ください。

女性人権擁護委員が相談に
応じます。
相談は無料で、予約は不要
です。秘密は固く守ります。

日時
9月9日(日)
午前10時～午後3時
場所
佐久市野沢会館

「女性の人権ホットライン」
0570-070-810
「みんなの人権110番」
0570-003-1110
「子どもの人権110番」
0120-007-1110

問い合わせ先
佐久市猿久保890番地4
長野地方務局佐久支局内
佐久人権擁護委員協議会

0267(67)2272 事務局

10月1日は国民健康保険 被保険者証の更新日です

現在お持ちの国民健康保険の
被保険者証は、9月30日で有効
期限が終了し、10月1日から新
しい被保険者証に更新されます。
新しい被保険者証は9月中旬
から下旬にかけて特定記録郵便
にて世帯主様宛てにお送りしま
す。

現在お持ちの青色と桃色の被
保険者証は、期限が到来しまし
たら、破棄していただきますよ
うお願いします。

問い合わせ先
保健福祉課国保年金係

(31)2512

長野労働局から のお知らせ

長野労働局では、安心して働
くことができる職場環境の整備
を図るため、職場におけるセク
ハラ・パワハラ・いわゆるマタハ
ラについて相談を受け付けてい
ます。匿名相談も受け付けてい
ます。疑問・不安などなんでも
お問い合わせください。

問い合わせ先

長野労働局雇用環境均等室
026-227-0125
(セクハラ・いわゆるマタハラ
に関すること)

026-223-0551
(パワハラに関すること)

開催 佐久・小諸地域 障害者就職相談会

佐久公共職業安定所では、
障害者の就職活動支援と佐久、
小諸地域の事業所の障害者雇
用促進を図ることを目的に就
職相談会を開催します。

日時
9月20日(木)
午後2時～4時
(受付 午後1時40分～)

場所
佐久一萬里温泉ホテルコー
ルデンセンターユリ

(佐久市中込3150番地1)
0267(83)3355
参加対象者
佐久、小諸地域で就職を希
望される障害者

参加企業

佐久、小諸地域に就業場所
があり、障害者の求人申し込
みをしている企業20社程度
その他

○就職希望の方の参加は自由
で、予約等の必要はありま
せん。
○佐久、小諸地域の企業の担
当者と直接面談ができます。

問い合わせ先
佐久公共職業安定所

0267(82)8609

参加者募集

シチズングループ「体験」卓球交流会

シチズン卓球部はグループ会社の拠点がある全国の都市で毎年卓球交流会を開催しています。

定員 体験希望者150名
申込締め切り
9月20日(木)

持ち物

体育館用シューズ

駐車場

B&G海洋センターおよびシチズン駐車場

創業100周年にあたる今年、シチズンマシナリー(株)・シチズンファイナデバイス(株)のある御代田町で第20回の記念交流会を開催します。

※傷害保険は主催者で加入します。

申し込み・問い合わせ先

日時
10月20日(土)
午前9時30分～11時50分
(受付 午前9時～)

①小中学生および町体育協会会員の方

場所

B&G海洋センター体育館

B&G海洋センター
(32)6114

参加対象者

町内に居住または勤務されている方

②一般(高校生以上)の方
シチズンファイナデバイス(株)総務部総務課

参加費 無料

(株)総務部総務課
(32)3232



シチズン卓球部は、平成30年度第68回全日本実業団選手権大会で優勝しました。(全国140チーム参加)

親子運動教室

教育委員会ではお子さんの体力向上や保護者の方の運動不足を解消するため、また親子のふれあいのために「親子運動教室」を開催します。ボール遊びやかっこ、鬼ごっこなど、簡単で誰でもできる運動遊びを、親子で一緒に楽しみながら、汗を流しましょう。

日時

9月16日、10月21日、
11月18日、12月16日
毎月第3日曜日

午後5時30分～6時30分

場所

B&G海洋センター体育館

持ち物

体育館用シューズ、飲み物

講師

町スポーツ推進委員

申込方法

開催日の前日までにB&G海洋センターまでご連絡ください。

問い合わせ先

B&G海洋センター
(32)6114

バドミントン教室

体育協会バドミントン部では毎年恒例のバドミントン教室を開催します。

バドミントンに興味がある方、運動不足を解消したい方と一緒にバドミントンを楽しみましょう。

日時

9月1日、8日、15日、
22日、29日
毎週土曜日 全5日間

午後7時～9時

場所

B&G海洋センター体育館

参加資格

町内に居住または勤務されている方

持ち物

運動のできる服装、体育館用シューズ、ラケット(ラケットのない方は用意します。)

参加費

500円(傷害保険料込)

申込方法

当日現地にて午後6時30分～受付開始

問い合わせ先

B&G海洋センター
(32)6114

北小ふんか祭

本年度15回目を迎える北小ふんか祭。PTAや協賛していただける地域の皆さまが協力して作り上げるお祭りイベントになっており、年に一度開催しています。

たくさんのお客様、北小音楽器クラブによるミニ演奏会、また、今年も地域の皆さまのご協力により「みよたカルタ取り大会」を開催します。さらに、毎年好評の町赤十字奉仕団の皆さまによる炊き出し体験もご用意します。ぜひお友達やご近所の皆さまなどお誘い合わせのついでにいらしてください。

日時

9月29日(土)
管楽器演奏会
午前11時30分～
模擬店開始

場所

御代田北小学校

駐車場

北小校庭(当日雨天の場合は役場駐車場)

主催

御代田北小学校
ふんか祭実行委員会

※ゴミはゴミ袋をご持参のうえ持ち帰りとしています。ゴミ袋をご持参いただくようお願いいたします。

問い合わせ先

御代田北小学校
(32)2009