

みんなで環境のことを考えよう

1006988

第16回環境フォーラムぬまた

問合せ 環境課環境保全係 ☎内線 3075

6月5日は「環境の日」、6月は「環境月間」です。地域で活動する環境団体の展示や講演会などを通して、環境保全について考えてみましょう。

とき 6月25(日) 午前10時～午後4時

ところ テラス沼田1階防災広場ミッテ / 1階多目的スペース

内容

■ぬまた環境ネット加盟団体による活動展示紹介

■環境にやさしい景品が当たる抽選会

■牛乳パックとトイレトペーパーの交換会

牛乳パック10枚をトイレトペーパー1個と交換。先着1,000個で1人5個まで。

■フードバンクぬまた「フードロスをなくそう」

ご家庭で眠っている食料品をお持ちください。(米、乾麺、缶詰、レトルト食品、調味料など、常温保存ができて賞味期限が1カ月以上のものに限り)

■バス(ぬまくる)の乗り方教室

■環境にやさしい自動車展示



写真) 昨年度開催の様子

環境講演会

時間 午後1時30分～3時

演題 「気象災害にどう備えるか」

講師 國本未華さん(気象予報士・防災士)

プロフィール | 気象予報士や健康気象アドバイザーなどの資格を持つ。テレビの報道番組への出演や雑誌の取材、子ども向けのお天気教室など幅広く活躍されている

■富澤優夏さん(篠笛・能管奏者 / ヌマタ・アート・アンバサダー) による演奏会

時間 午後1時

スポーツジムで行う

1013354

運動健康教室(夏コース)

運動が苦手な人やこれから始めようと思っている人にお薦めで、有酸素運動や筋力トレーニング、ヨガなどを行います。健康グッズを使用し、代謝アップや筋力向上、姿勢改善などの効果が期待できます。



とき 7月7日・14日・21日・28日、8月18日・25日、9月1日・8日・15日・22日の金曜日 午後6時15分～7時15分(受付は午後6時～、全10回)

ところ ミズノウエルネス沼田(テラス沼田7階)

講師 ミズノウエルネス沼田 運動指導員

対象 20歳以上の市民(おおむね40～50歳代まで)

定員 20人(初めての人を優先して抽選)

参加費 無料

申込み 6月20日(火)までに電話または窓口

問合せ 健康課保健係 ☎内線3166

手に入れよう 長生きチケット 歯磨きで

歯と口の健康週間

1002291



市HP

歯の健康は体全体の健康

歯を失う原因のほとんどは、虫歯や歯周病によるものです。歯周病は糖尿病や心臓病など、全身の健康に悪影響を及ぼします。歯の健康を保ち生涯自分の歯で食べることは、体全体の健康を守ることにもつながります。

歯周病検診の受診を

市は歯周病検診を実施しています。対象者は5月に送付した「検診等のお知らせ」に同封の検診等受診シールに、名前の印字があります。詳細は同封の「検診等お知らせ冊子」または市HPをご覧ください。

放置せず歯科受診

正しい生活習慣や歯磨きなどのセルフケアを心掛け、定期的に歯科検診を受けることで歯と口の健康を見直し、虫歯や歯周病の予防に努めましょう。歯や口に気になる症状がある人は、放置せずに歯科受診しましょう。

問合せ 健康課予防係 ☎内線3170