



歯の健康で体も健康に
「歯と口の健康週間」



6月4日(月)から10日(日)は、「歯と口の健康週間」です。

食後の歯磨き習慣や、定期的な歯科受診は、歯と口の健康に欠かせません。

自分の歯や口で食事ができることは、食生活を豊かにするだけでなく、健康づくりや病気の予防にもつながります。毎日使う自分の歯を大切にしましょう。

問合せ 保健センター
82-3757

歯周病検診が
受けやすくなりました

健康エンジョイポイント対象
今年度から歯周病検診の期間が長くなりました。さらに町内だけでなく館林市邑楽郡

- 受診票をお送りしますので、保健センターへご連絡ください。(集団検診については、5月に受診票とご案内を対象者に配布しましたので、そちらをご確認ください)
- 個別検診実施期間
6月11日(月)～11月30日(金)
- 実施医療機関(50音順)
館林市
公立館林厚生病院
82-3140
土井レディースクリニック
82-8841
真中医院
82-1630

群馬テレビ特別番組
「35市町村長に聞く2018」
・6月18日(月) 午後7時30分～8時
・(再)6月19日(火) 午後3時30分～4時
板倉町長が出演します。ぜひご覧ください。
問合せ 秘書人事係 内線111

内の指定歯科医院でも受診ができるようになっていきます。

歯の健康は全身の病気と関係があり、予防することで健康に繋がります。今年も節目となる年齢のかたに、歯周病検診を実施します。この機会にぜひ受診してください。

対象者 40・50・55・60・70歳のかた(平成31年3月末時点)
内容 問診、口腔内・歯周病などのチェック、歯科相談、ブラッシング指導
料金 500円

※検診をしたうえで治療行為が行われた場合、治療費は別途本人負担となります。
受診方法 実施医療機関へ事前に予約後、受診案内通知(受診券)を医療機関に持参し、受診してください。

受診期間 6月1日(金)～10月31日(水)
実施場所 歯科医師会加入指定医療機関(受診券の裏面に確認ください)
問合せ 保健センター
82-3757

健康の鉄人教室(第3回)
ねころびピクス

健康エンジョイポイント対象
体力に自信のないかたで

- まりレディースクリニック
82-7775
邑楽郡
井上医院(邑楽町中野)
88-6300
小西医院(千代田町赤岩)
86-2261
自己負担金 500円(70歳以上および平成30年度無料クーポン対象者は無料)
- 申込み問合せ 保健センター
82-3757

も、手軽に体操できます。

日時 6月19日(火)
午後1時30分～午後3時
場所 海洋センター体育館
定員 30名
内容 寝ころんでできる体操

講師 武藤雅美(いんストラクター)(日本フィットネス協会)
持ち物 体育館シューズ・ヨガマット(お持ちのかた)
申込み・問合せ 介護高齢係
内線325

健康づくりで大切なことは、まずは自分の体を知ることです。半期に1度の体力測定で自分の体力を確かめましょう。

日時 6月24日(日)
午前9時30分～正午
場所 海洋センター体育館
費用 無料
対象 20歳以上80歳未満の男女
定員 高齢の部 30名
成人の部 30名

測定種目 握力や上体起こしなど6種目(各部で一部種目が異なります)
持参品 体育館シューズ、タオル、飲み物
申込期限 6月15日(金)
※医師から運動を制限されているかたは、参加をご遠慮ください。

介護予防に関する基礎知識や運動などの実技を学ぶことで、自主的活動を行えるかたや、町の活動にボランティアとして参加できるかたを養成します。自分自身の健康づくりやサロンおよび通いの場の活動にも役立ちます。

- ①初級講座 7月4日(水)
- ②中級講座 7月11日(水)、18日(水)、25日(水)
- ※7月25日のみ午前9時30分～正午
- 場所 館林市赤羽公民館

オル、飲み物

申込み・問合せ 海洋センター
82-0858
○介護高齢係
内線325



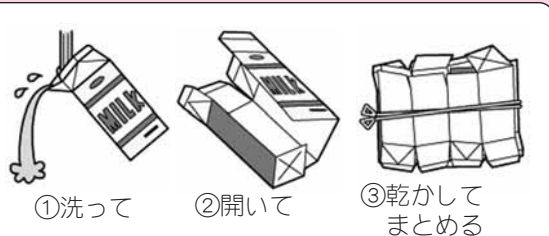
ご協力ください
愛の献血

健康エンジョイポイント対象
いのちを救う愛の献血にご協力をお願いします。

日時 7月5日(木)
午前の部 午前10時～正午
午後の部 午後1時～3時30分
場所 総合老人福祉センター
問合せ 社会福祉係
内線311

【広告】
有料広告掲載欄

牛乳パックのリサイクル



回収場所へ持ち込みます
■公民館
■いたくらリサイクルセンター
■回収ボックスのあるお店
購入した商品は回収ボックスへ
※ごみステーションでの回収は行っていません。
※雑がみ(お菓子の箱、ティッシュペーパーの箱など)と混ぜないようにしてください。
※中にアルミがついているものや、リサイクルマークがないものは、燃えるごみです。

飲み終わった牛乳パック約6枚(1000ml)は、再生することでトイレットペーパー1本に生まれ変わります。ごみとして捨ててしまうなんてもったいないですよ。
面倒かもしれませんが、少しの手間がエコにつながります。みんなで資源を大切にしましょう。
問合せ 環境係 82-5371

有料広告募集中!
『広報いたくら』へ有料広告を掲載しませんか?
広告媒体 広報いたくら(部数5,000部前後、毎月1日発行)
対象企業 公社・公益法人ならびに事業所を有する私企業・事業者
料金 下1段(横179mm×縦45mm)1回当たり12,000円
下1段2分の1(横88mm×縦45mm)1回当たり6,000円
申込み・問合せ 情報広報係 内線152

夏季
あたまのたいそう教室

健康エンジョイポイント対象
タブレット端末iPadを使って、認知症予防のトレーニングを行います。

期間 7月5日～8月30日
毎週木曜日 午後1時30分～3時(全8回)※8月16日はお休み
場所 中央公民館第1会議室
対象 認知症予防に興味のある65歳以上のかた
参加費 無料
定員 20名
申込期限 6月22日(金)
申込み・問合せ 介護高齢係
内線324

始まります
子宮頸がん個別検診

健康エンジョイポイント対象
子宮頸がんは、最近特に若年化が目立ち、20～30歳代で発症するケースが増えてきています。初期段階ではほとんど自覚症状がなく、そのため20歳を過ぎたら定期的に検診を受けることが大切です。

町の子宮頸がん検診は、個別検診と集団検診のどちらかを選択できます。個別検診を希望される場合、個別検診用

介護支援専門員実務研修
受講試験のご案内



試験日 10月14日(日)
合格発表 12月4日(火)
試験会場 上武大学伊勢崎キャンパスなど
受験資格 保健・医療・福祉の分野で5年以上かつ900日以上の実務経験がある人
出願期間 6月4日(月)～29日(金)
出願方法 試験案内に付属してある受験申込書により群馬県社会福祉協議会福祉人材課に申し込んでください。
試験案内の配布 開始日時 6月4日(月)から
配布場所 県内の各保健福祉事務所、板倉町健康介護課介護高齢係
問合せ 群馬県社会福祉協議会

会福祉人材課
027128014107

くらし

地域連携サイエンス
カフェを開催します



地域連携事業の一環として、板倉町、館林市、東洋大学の共催で科学を身近に感じていただく地域連携サイエンスカフェを開催します。
身近なテーマで、科学についてわかりやすくお話ししますので、コーヒーやお菓子を飲食しながら、気軽な雰囲気の中でサイエンスカフェをお楽しみください。
日時 6月22日(金)
午後5時～6時
場所 東洋大学板倉キャンパス第2学生食堂
テーマ 「運動と栄養の関わり」骨折とホモステインの関係」

講師 太田昌子 准教授(東洋大学食環境科学部健康栄養学科)
参加費 無料
申込み 不要
対象 どなたでも参加大歓迎
問合せ 東洋大学板倉事務所
02719171
企画調整係
027142

第45回消防団
ポンプ操法競技大会開催
消防団では、有事に対する消防技術の向上と団員の士気の高揚を図るため、ポンプ操法競技大会を開催します。どなたでも観覧できます。ぜひご来場ください。
場所 板倉消防署
日時 6月24日(日)
午前8時30分から開会式
問合せ 板倉消防署
0271138



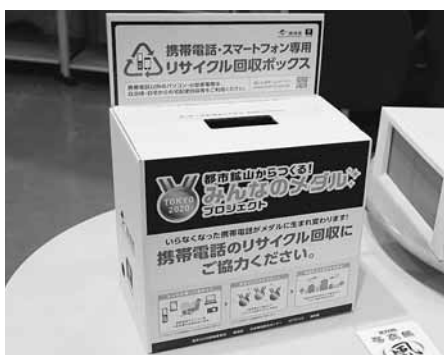
町営住宅入居者募集

入居者募集住宅
海老瀬団地
(大字海老瀬7109-1)
3DK(62・2㎡)2戸
岩田団地
(大字岩田1269)
3DK(62・2㎡)3戸
原宿団地
(大字岩田222-1)
2DK(44・5㎡)1戸
主な入居資格
○町内に在住または、在勤で同居親族があるかた
(単身入居の特例制度あり)
○住宅に困窮しているかた
そのほかに、収入基準などの制限があります。
入居時期 7月上旬以降
申込期限 6月20日(火)
選考方法 応募者が多数の場合は抽選となります。
申込み・問合せ 計画管理係
0271422

アスベスト含有調査
費用の一部を補助します

民間建築物の壁、柱、天井などに吹き付けられたアスベストの飛散による健康被害を予防し、生活環境の安全を守るため、アスベスト含有調査

「地域の魅力は、群馬の魅力」を合言葉に、県内を訪れ、触れ合いや体験を通して各地の魅力を紹介します。
放送日・時間
金曜日 午後7時30分～8時
問合せ 県庁広報課
027122612167



「ぐんま一番」を
県広報番組「ぐんま一番」を、群馬テレビで放送しています。宣伝部長「ぐんまちゃん」



「ぐんま一番」を
県広報番組「ぐんま一番」を、群馬テレビで放送しています。宣伝部長「ぐんまちゃん」

くらしの
情報

安全安心メール

携帯電話やパソコンのメール機能を利用した防犯・防災・緊急・町の情報配信を行っています。登録は、町ホームページまたは、QRコードから可能です。

まちの動き

Table with population statistics: 人口 14,750 (-18), 男 7,402 (-5), 女 7,348 (-13), 世帯数 5,530 (+17). Includes a note about the date (May 1, 2019).

今月の税金

納税は口座振替が便利！
町県民税(1期)
問合せ 収税係
0271221222
毎週水曜日に窓口延長を午後7時15分まで行っています。ご利用ください。

事故と犯罪の発生状況

Table showing accident and crime statistics for April 16-15 and April 1-30, including categories like traffic accidents, theft, and fires.



野木町(栃木県)

レタサイクルで渡良瀬遊水地や野木町煉瓦窯を巡ってみませんか
利用時間
4月～9月 午前9時～午後6時
10月～3月 午前9時～午後4時
利用料金 無料
利用方法 小学3年生以上のかた(小学生は保護者同伴)※身分証明書をご持参ください。
貸出場所 野木ホフマン館、きらり館、JR野木駅西口セブンイレブン
問合せ 野木町産業課
028015714153

栃木市(栃木県)

とちぎ蔵の街美術館
「松本かつぢ かわいー!」
多彩な才能を發揮した松本かつぢの魅力を紹介します。
期間 7月16日(祝)まで 午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)・月曜休館(祝日の場合は翌日)
場所 とちぎ蔵の街美術館(栃木市旭町)
入場料 高校生以上500円、中学生以下無料
問合せ とちぎ蔵の街美術館
028212018228

小山市(栃木県)

田んぼアートとスタンプラリー
○おやま田んぼアート見学会
期日 6月30日(土)・7月8日(日)
場所 美田会場、渡良瀬遊水地会場、間々田会場、絹会場
※各会場に駐車スペースあり
その他 会場で軽食や旬の朝取り野菜の販売を予定。
○見学スポットでスタンプラリー
期間 6月4日(月)～9月下旬
問合せ おやま田んぼアート実行委員会(小山市農村整備課内)
028512219262

加須市(埼玉県)

騎西あじさい祭り
1万株以上のあじさいを鑑賞ください。期間中人力車の搭乗体験やスタンプラリーを実施します。
期間 6月1日(金)～30日(土)
場所 玉敷公園・心じとあじさいの道
問合せ 加須市観光協会騎西支部事務局(騎西総合支所地域振興課)
04801731111

古河市(茨城県)

古河文学館テーマ展「追悼・粒米哲蔵」
「詩人の生涯」
「鷹見久太郎とコトモノクニ」
四季の風物詩」
期間 7月26日(木)まで
時間 午前9時～午後5時
場所 古河文学館中央町310-21
入館料 大人200円
小中高生50円
問合せ 古河文学館
02801211129