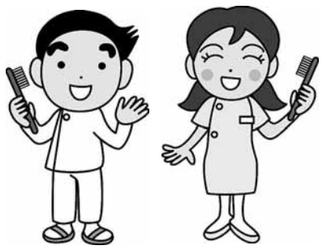
健康

お得に受けられる歯周病検診

♥♥健康エンジョイポイント♥♥



たかが歯の検診と思っていませんか？　苦労されたかたならご存知のとおり、歯の健康は実はとても重要です。全身の病気にも関係があり、予防することで体の健康につながることがわかっています。

今年も節目年齢のかたに、受診券を通知します。町内だけでなく館林市邑楽郡内の指定歯科医院でも受診ができ、受診期間もゆとりがありますので、この機会にぜひご利用ください。

対象者　40・50・55・60・70歳のかた（令和2年4月1日時点）

内容　問診、歯・歯周組織などのチェック、歯科相談、ブラッシング指導

料金　500円

※検診をした上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ので、ご了承ください。

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。

期間　6月1日(土)～10月31日(木)

実施場所　歯科医師会加入指定医療機関（受診券の裏面にてご確認ください）

問合せ　保健センター　☎82－3757

歯の健康が体の健康「歯と口の健康週間」

6月4日(火)から10日(月)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

初級編 バランスボール教室

♥♥健康エンジョイポイント♥♥

大きなボールで楽しく体を動かしませんか。ストレッチやエアロビクスなどが体験できます。

期日　6月20日、27日、7月4日の全3回（すべて木曜日）

時間　午前10時～11時

場所　保健センター

定員　10名（定員になり次第締切）

申込み・問合せ　保健センター　☎82－3757

健康づくり 体力測定教室

♥♥健康エンジョイポイント♥♥

健康づくりで大切なことは、まずは体の状態を知ることです。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30日(日)　午前9時30分～正午

場所　海洋センター体育館

対象　20歳以上のかた

定員　高齢の部（65歳～）20名
　　成人の部（20歳～）20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

※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。

申込み・問合せ　海洋センター　☎82－0858

○介護高齢係　☎82－6135

広報いたくらの表紙でグループを紹介しませんか

広報いたくらでは、表紙に登場してくれるグループやサークルを募集します。広報いたくらの表紙に登場して、大切な仲間との思い出を作りませんか。

申込方法　はがき、メール、電話など、連絡方法は問いません。メール、はがきの場合は、タイトルを「広報いたくら表紙応募」として、次の①～④を記入してください。

①グループ名

②代表者の住所、氏名、電話番号

③人数

④活動内容やエピソード

○掲載をお願いするグループ、サークルには、連絡を差し上げます。

申込み・問合せ　情報広報係　☎82－6124

✉k-jouhou@town.itakura.gunma.jp

第3期夏季あたまのたいそう教室

♥♥健康エンジョイポイント♥♥

タブレット端末を使って、認知症予防のトレーニングを行います。

日時　6月28日～9月6日毎週金曜日（8月16日は休み）午後1時30分～3時（全10回）

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70歳以上のかた

費用　無料

定員　20名

受付開始日　6月6日(木)

申込み・問合せ　介護高齢係　☎82－6135

初級・中級介護予防サポーター養成研修

♥♥健康エンジョイポイント♥♥

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、地域に介護予防を広めるボランティアを養成します。地域サロンや通いの場の活動だけでなく、自分自身の健康づくりにも役立ちます。

日時

①初級講座　7月3日(水)～正午

②中級講座　7月10日(水)、17日(水)、24日(水)　午前9時30分～11時30分（7月24日のみ午前9時30分～正午）

場所　館林市赤羽公民館

内容

【講話】転倒予防、骨折予防、認知症予防、食事および口腔ケアなど

【実技】筋トレ、ストレッチおよび簡単な体操など

講師　慶友整形外科病院（館林地域リハビリテーション広域支援センター）

費用　無料

募集人数　20名程度（研修修了者には認定証が贈られます）

申込み・問合せ　介護高齢係　☎82－6135

6月　板倉町総合老人福祉センター

期日		送迎場所	期日		送迎場所
6日	木曜日	西地区	17日	月曜日	西地区
7日	金曜日	東地区	19日	水曜日	東地区
10日	月曜日	南地区2	24日	月曜日	北地区
12日	水曜日	北地区	26日	水曜日	南地区1
14日	金曜日	南地区1	28日	金曜日	南地区2

送迎バス運行予定表

問合せ　総合老人福祉センター☎82－3900

容器包装プラスチックのリサイクル

混ぜればごみ、分ければ資源

○リサイクルできる容器包装プラスチック

容器包装プラスチックには「プラスチック製容器包装リサイクルマーク」の表示があります。

マークを参考に分別をお願いします。

×リサイクルできない容器包装プラスチック

リサイクル品に悪影響があるため、**燃えるごみ**で出してください。

①容器プラマークの表示のないもの

②汚れのあるもの

③においのついているもの

専用容器または専用ネットへ

○収集は「資源ごみステーション」へ

1区2区、9区～15区　第2・4水曜日

3区～8区　第1・3水曜日

専用コンテナまたはネットが収集前日に設置されます。ビニールの袋に入れるなど、飛散しないように出してください。また、ネットに入れたら、カラスなどにいたずらされないように口を閉じてください。

○持ち込みは「いたくらリサイクルセンター」へ

月～金（祝日除く）　午前8時30分～午後4時30分

土曜日　午前8時30分～11時30分

☎56－4453

ご理解ご協力をお願いします。

問合せ　環境下水道係　☎82－6132

【広告】

有料広告掲載欄

【広告】

有料広告掲載欄

くらし

第46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30日(日)　午前8時30時から開会式
問合せ　板倉消防署　☎82－1138

地域連携サイエンスカフェ

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。

皆さんに身近なテーマを選び、科学について分かりやすくお話しします。コーヒーを飲み、お菓子をつまみながらの気軽な雰囲気の中で行われます。ぜひお越しください。

日時　6月21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　熱中症予防食品・飲料の開発　～2020東京オリンピック・パラリンピックに向けた東洋大学の取り組み～
講師　川口英夫(かわぐちひでお)　教授　東洋大学生命科学部生命科学科
費用　無料
申込み　不要
対象　どなたでも参加大歓迎
問合せ　東洋大学板倉事務課　☎82－9103
○企画調整係　☎82－6125

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費用の一部を補助します。

対象建物
吹き付けアスベストなどが施工されている恐れのある町内の民間建築物
補助金額　調査に要する費用に対して　上限25万円
募集戸数　2戸（先着順）
募集期間　10月31日(木)まで
申込み・問合せ　計画管理係　☎82－6151

緑化講座のお知らせ

群馬県緑化センターでは、県民の皆さんに家庭緑化を推進していただくため、緑化講座を開催しています。

第2回講座は、「そこが知りたかったウメの夏季剪定の仕方」がテーマです。

庭木は年ごとに伸び続けるので庭という限られたスペースでは、そのままにしておくと枝葉が茂りすぎて形が乱れてしまいます。そのため、樹形を調整する整枝剪定作業が必要です。このような中で「ウメの整枝剪定や手入れの仕方が分からない」という声が多く寄せられています。

そこで今回は一級造園技能士の木村則之先生を講師におお迎えして、緑化センターに植栽してある樹木を使い基本的なポイントを学びます。

日時　7月4日(木)　午前10時～正午
場所　群馬県緑化センター（邑楽町中野）
テーマ　そこが知りたかったウメの夏季剪定の仕方
講師　木村則之(きむらのりゆき)　一級造園技能士
募集人数　60名（先着　電話による申込み）
受付開始　6月17日(月)　午前8時30分（定員になり次第締め切り）
費用　無料
申込み　群馬県緑化センター　☎88－7188

ご注意ください　梅雨時の交通事故

梅雨の時季は、交通事故の危険性が高まります。雨の日は、視界や路面状況が悪くなるので、いつも以上に慎重に行動し、交通事故に注意しましょう。

ドライバーの皆さんへ
○雨の降り始めは、道路がとても滑りやすくなります。スピードを落とし、早めのブレーキと十分な車間距離を心掛けましょう。またワイパーを早めに作動させて視界を確保しましょう。
○雨の日は、歩行者や自転車の人が「早く帰りたい」という気持ちで、安全確認が不十分のまま道路の横断を始めることがあります。歩行者の急な横断にも十分注意しましょう。
○また大雨で道路に水がたまっている所を速いスピードで走行すると、ハンドルやブレーキが効かなくなる「ハイドロプレーニング現象」が起こることがあります。大雨の時はできるだけ外出を控え、運転する場合は、特にスピードを落として、十分な車間距離をとりましょう

歩行者・自転車の皆さんへ
○雨の日は、ドライバーから歩行者や自転車が見えにくくなります。反射材や懐中電灯などを活用し、目立つ工夫をしましょう。
○自転車の傘差し運転は、バランスや視界が悪くなり、とても危険です。かっぱを着用しましょう。
問合せ　県警察本部交通企画課　☎027－243－0110内線5042

県立多々良沼公園イベント情報

○第1回コケ玉教室
日時　6月15日(土)　午前9時～10時
場所　ボランティアセンター会議室
講師　ガーデンスピリッツ
費用　1,500円
※土を使いますので、汚れても良い服装でお越しください。

○第7回青空ヨガ教室
日時　6月23日(日)　午前9時～10時
場所　ボランティアセンター多目的広場
講師　Mieux(きくちまりえ)菊地真理江
費用　大人500円　小学生以下無料
持ち物　ヨガマットまたはバスタオルなど、飲み物
※動きやすい服装でお越しください。
問合せ　県立多々良沼公園管理事務所　☎56－9978

入札結果

執行日　4月25日(木)
件名　邑楽東部第1排水機場点検整備業務委託
場所　海老瀬地内
予定価格・設計金額（税抜き）　437万円
落札金額（税抜き）　410万円
落札率　93・8％
落札者名　㈱スガテック
※予定価格が250万円を超えるものを掲載。全ての入札結果および詳細は町ホームページに掲載しています。
問合せ　財政係　☎82－6126

くらしの情報

いたくらお知らせメール

スマートフォン・パソコン用QRコード　携帯電話用QRコード

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

人口	14,596人	(－11)
男	7,335人	(－3)
女	7,261人	(－8)
世帯数	5,632戸	(＋8)

（　）内は前月比
令和元年5月1日現在

今月の税金

納税は口座振替が便利です！

町県民税（1期）
問合せ　収税係
☎82-6129
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

事故　4月16日～5月15日

		累計	前年比
人身事故	1件	(10件)	－3
物件事故	12件	(57件)	＋5

犯罪　4月1日～4月30日

		累計	前年比
侵入窃盗	0件	(5件)	＋2
乗物盗難	0件	(0件)	－4
詐欺	2件	(2件)	＋1
住居侵入	0件	(2件)	＋2
その他の事件	2件	(9件)	－6

※（）内は平成31年1月からの累計

関東どまんなかサミット情報

野木町（栃木県）

レンタサイクルをご利用ください
自然豊かな渡良瀬遊水地や野木町煉瓦窯などの観光スポット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、野木町役場
問合せ　野木町産業課　☎0280－57－4153

栃木市（栃木県）

とちぎ蔵の街美術館特別企画展「田村セツコのHAPPYがいっぱい！」
1950年代に少女雑誌界にデビューし「りぼん」や「なかよし」などのおしゃれページで活躍してきたイラストレーター田村セツコの幅広い活動をご紹介します。
期間　8月4日(日)まで（月曜休館　祝日の場合翌火曜休館）
時間　午前9時～午後5時（入館は午後4時30分まで）
問合せ　とちぎ蔵の街美術館（栃木市万町）　☎0282－20－8228

小山市（栃木県）

桑・蚕・繭・真綿かけ・糸つむぎのさとオープン！
小山市の誇る伝統産業「本場結城紬」の原材料である蚕の模型・養蚕道具などの展示スペースと、真綿かけ室などを設け、原材料製作の新たな担い手を養成します。
場所　小山市立絹出張所敷地内（小山市大字福良1118－1）
時間　月～金曜日　午前9時～午後5時
問合せ　小山市工業振興課　☎0285－22－9397

加須市（埼玉県）

加須市合併10周年記念　加須市騎西あじさい祭り
1万株以上ある色とりどりのあじさいをぜひご鑑賞ください。
期間　6月1日(土)～30日(日)
イベント日時　6月9日(日)　午前9時30分～午後3時　※雨天決行
場所　玉敷公園・ふじとあじさいの道
内容　人力車の搭乗体験、ふじとあじさいの道スタンプラリーなど
問合せ　加須市物産観光協会騎西支部事務局（騎西総合支所地域振興課）　☎0480－73－1111

古河市（茨城県）

日展作家の絵画展
日展会館の所蔵する日展作家のうち、日本画・洋画の絵画作品を中心に紹介します。日本の画壇を代表する大家から第一線で活躍する作家まで、日展作家の多彩な作品との出会いをお楽しみください。
場所　古河街角美術館（古河市中央町2－6－60）
期間　6月8日(土)～7月23日(火)
時間　午前9時～午後5時（入館は午後4時30分まで）
休館日　6月28日(金)
問合せ　古河街角美術館　☎0280－22－5911