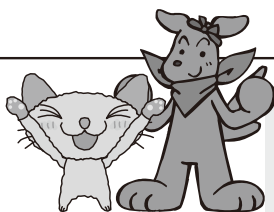


犬や猫と共生していくために 正しく飼いましょう!!



■犬を飼う人の義務とマナー

- 1.他人への危害防止、飼い犬自身の事故防止や感染症防止のため、飼い犬はきちんと繋いで飼いましょう。
- 2.飼い犬が外出先でフンをしたら、必ず持ち帰って始末するようにしましょう。
- 3.トイレを外でするとトイレをしたところの植木が枯れるなど他人への迷惑につながります。散歩などのお出かけ前に自宅でトイレを済ませましょう。
- 4.飼い主がすぐわかるように、狂犬病予防注射済票を首輪につけ、簡単に首輪が抜けないうちに適度に締めましょう。

■猫を飼う人の義務とマナー

- 1.他人への迷惑行為防止、飼い猫の事故防止や感染症防止のため、飼い猫は室内で飼いましょう。
- 2.室内飼いでも、上下運動ができる場所やリラックスできる場所を用意してあげるなどの配慮をすれば、ストレスが溜まらずに飼うことができます。
- 3.飼い主がすぐわかるように、迷子札を首輪につけ、簡単に首輪が抜けないうちに適度に締めましょう。

■責任を持つ

- 1.一度飼い始めたら責任を持って最後まで飼いましょう。飼い犬や飼い猫に子どもができた場合も同様です。新しく生まれた命に責任が持てないのであれば、不妊去勢手術をしましょう。
- 2.飼い主のいない犬や猫にエサやりをすることは飼い主になったも同然であり、フンや尿の始末や生まれた子にも責任を持つ必要があります。無責任なエサやりはやめましょう。

●問い合わせ先

福岡県京築保健福祉環境事務所 保健衛生課 保健衛生係 TEL 0930-23-2245

「犬のしつけ方教室」について

■日 時

- レッスン1:1月24日(金)13:30~16:00
- レッスン2:1月31日(金)13:30~15:30
- レッスン3:2月7日(金)13:30~15:30
- レッスン4:2月14日(金)13:30~15:30

■場 所 京築保健福祉環境事務所 会議室

■対象者と募集人数

- 定員30名(うち、犬同伴参加者4組)。
- 定員になり次第、締め切ります。
- 犬同伴希望者が4組を超えた場合は抽選により決定します。
- 犬の飼育の有無にかかわらず、どなたでも受講できます。

■注意事項

- レッスン1及び見学の場合は犬の同伴はできません。
- レッスン1を受講しなければ、残りのレッスンは受けられません。
- 参加する犬は、狂犬病予防注射及び混合ワクチンを接種している健康な犬に限ります。狂犬病予防注射済票を首輪に装着してください。
- 参加する犬については事前に「飼い犬のプロフィール表」の提出をお願いします。

■申込み受付期間

1月6日(月)~10日(金)8:30~17:15

「ふくおか省エネ・節電県民運動」実施中

電力需要の増加する冬場を迎え、福岡県では、夏に引き続いて「ふくおか省エネ・節電県民運動」を平成25年12月2日(月)~平成26年3月31日(月)まで実施し、県民・企業の省エネ・節電への取組みを支援します。

この運動は、この冬の省エネ・節電宣言を行った県民に対し、県が「宣言証」を贈呈し、協賛企業の店舗に宣言証を提示すると、割引などの特典が受けられるものです。

なお、夏に省エネ・節電宣言を行った県民については、再度、申し込みをする必要はなく、引き続き特典が受けられます。

詳しくは、下記までお問い合わせください。

■申込期間 平成25年12月2日(月)~平成26年3月10日(月)

■申込方法

ふくおかエコライフ応援サイト(<http://www.ecofukuoka.jp/>)や携帯電話、または福岡県が配付する宣言書によりお申し込みください。

●問い合わせ先

福岡県環境部環境保全課地球温暖化対策係 TEL 092-643-3356

中小企業及び個人事業所の福利厚生を応援します!

定住自立圏の行政がスクラムを組んでバックアップしているから安心です。わずかな会費で内容充実の福利厚生を実現します。

- 入会金・月会費 入会金(会員一人につき)400円 月会費(会員一人につき)600円

■入会できる方

九州周防灘地域定住自立圏内(中津市、宇佐市、豊後高田市、豊前市、上毛町、築上町)の事業所で働く従業員と事業主 ※事業所単位のご入会となります。

健康管理、余暇活動、自己啓発、共済給付金、各種イベントなどの事業を行っています。詳しい内容についてはお問い合わせください。

●問い合わせ先

一般財団法人 大分県北部勤労者福祉サービスセンター TEL 23-7121 FAX 23-7122

【エクセル基礎】■場所/豊前地区職業訓練協会

- 訓練期間 2月10日~21日(月・水・金)
- 対象者 パソコンの基本操作の出来る方/定員20名
- 費用 受講料8,000円 別途テキスト代900円必要

【フォークリフト運転技能講習】■場所/サンワークゆくはし

- 訓練期間 2月4日~7日(火~金)
- 対象者 未資格者/定員30名
- 費用 受講料31,000円 別途テキスト代2,000円必要

職業訓練講座の開講

※各講座とも定員になり次第締め切ります。

【ワード基礎】■場所/豊前地区職業訓練協会

- 訓練期間 2月13日~3月4日(火・木)
- 対象者 パソコンの基本操作の出来る方/定員20名
- 費用 受講料8,000円 別途テキスト代900円程度必要

●申し込み・問い合わせ先 豊前地区職業訓練協会 TEL 82-1511

保健師だより ご存知ですか?ロコモティブシンドローム(通称:ロコモ)

皆さんは、「ロコモティブシンドローム」という言葉を耳にしたことはありませんか? 筋肉や骨・関節などの運動器の機能が衰えてゆく生活習慣病で、立つ・歩く・走るなど、日常生活に必要な体を移動させる能力が低下して、生活の自立度が下がる状態をいいます。

加齢や病気、ケガなどが原因で、バランス感覚や筋力が衰え、「よくつまづく」「ゆっくりしか歩けなくなった」など「足腰が弱ったなあ」と感じることはありませんか?腰や膝の痛みやだるさを「まだ若いから」とか、その反対に「年のせいだから」と放置していませんか?

何も対処しないでいると、運動機能の衰えは密かに進行し、将来介護が必要になったり、寝たきりになるリスクが高まります。年齢に関わらず、日頃の生活習慣を見直す、適度な運動習慣を身につける、医療機関を受診するなど、適切な対処が必要です。

簡単ロコモチェック

ひとつでも当てはまれば、ロコモの心配があります!

- 片足立ちで靴下がはけない
- 家の中でつまづいたりすべったりする
- 階段を上がるのに手すりが必要である
- 横断歩道を青信号で渡りきれない
- 15分位続けて歩くことができない
- 2Kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難
- やや重い仕事(掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど)が困難



健康寿命を延ばしましょう

健康寿命とは、健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間のことです。平均寿命と健康寿命の間には、男性で約9年、女性で約12年の差があります。いつまでも自分の足で歩き続け、いきいきとした生活を送るためにも、ロコモを予防し、健康寿命を延ばしましょう。

「メタボリックシンドロームの予防と改善について」健康づくり講演会のご案内

40~74歳の男性2人に1人、女性の5人に1人はメタボリックシンドロームに該当する、または予備群と考えられています。今回、その予防と改善について、主に食生活を中心とした講演会を開催します。

- 日 時 1回目 1月22日(水)14:00~16:00 2回目 1月28日(火)14:00~16:00
- 場 所 げんきの杜 視聴覚室(入場無料)
- 講 師 社会保険田川病院 栄養部 青木哲美 管理栄養士
- 内 容 「メタボリックシンドロームの予防と改善について」 1回目 メタボリックシンドロームと食生活 2回目 中性脂肪を減らすための食生活

■申し込み方法

1月17日(金)までに電話でお申し込みください。

●申し込み・問い合わせ先

健康福祉課 健康増進係 TEL 72-3111(内線164)

「こころの病気について、一緒に学んでみませんか？」

統合失調症は、正しい知識をもつことによって病気を早期に発見したり、再発を防いだりすることができます。病気について学び、良い関係を築くためのヒントを得てみませんか。



- 日 時 2月18日(火)14:00~16:00
- 会 場 福岡県行橋総合庁舎 4階大会議室(行橋市中央1丁目2-1)
- 内 容 「心の病気の対応について~統合失調症を中心に~」 福岡県精神保健福祉センター 医師 阿部公信氏
- 対 象 当事者及びご家族、支援者など
- 申込締切日 2月10日(月)※事前に電話でのお申し込みが必要となります。
- 申し込み・問い合わせ先 福岡県京築保健福祉環境事務所 健康増進課 精神保健係 TEL 0930-23-2966

築城基地モニター募集のお知らせ

基地周辺住民の意見や要望などをお聞きし、基地諸施策の改善・向上のため、築城基地モニターを募集します。

■応募資格

- 1.日本国籍を有し、基地周辺市町の在住者で自衛隊及び防衛問題に関心があり、公平で建設的な意見ができる20歳~65歳くらいまでの方
- 2.次に該当しない方
 - 国会議員及び地方公共団体の議会の議員
 - 常勤の国家公務員及び地方公務員
 - 基地モニター経験者

■応募期間 1月6日(月)~31日(金)(当日消印有効)

■任 期 4月1日~平成27年3月31日までの1年間

■募集人数 10名

●申し込み・問い合わせ先

〒829-0151 福岡県築上郡築上町西八田 航空自衛隊築城基地第8航空団監理部基地渉外室「築城基地モニター応募係」 TEL 0930-56-1150(内線207)

■活動内容

- (1)基地行事への参加
- (2)基地モニター会議への出席及びアンケート協力
- (3)自衛隊及び築城基地の諸施策に対する意見、要望などの提出

■選考結果

選考者には、3月末日までに委嘱案内状の送付をもってお知らせします。

■応募方法

【官製ハガキ】 ①住所、②氏名(ふりがな)、③生年月日、④性別、⑤電話番号、⑥職業、⑦希望する理由などをご記入の上、下記まで郵送してください。【E-mail】 官製ハガキと同様に①~⑦の項目を記入の上、 8wg-adm001@inet.asdf.mod.go.jpまで送信してください。