

**リウマチ患者が利用できる
社会福祉制度の講演&
相談会を開催します**

〔財〕日本リウマチ友の会北海道支部主催
リウマチ患者の方はもちろん、家族の方や一般の方もご参加ください。
▼日時 6月20日(日) 13時～15時30分
▼場所 ホテル平安
▼参加料 無料
▼講師 高田いづみさん(財)北海道難病連相談室長)、加福保子さん(障害年金サポート社労士の会代表)

▼問い合わせ 新堀さん(☎011-563-17211)、大津さん(☎011-584-4200)

6月は『不正改造車排除強化月間』です

国土交通省は、国民の安全、安心を確実に確保していくため、平成22年においても、関係省庁、自動車関係団体と協力して、『不正改造車を排除する運動』を全国的に展開しています。特に6月は『不正改造車排除強化月間』として取り組むこととしています。

皆さんもぜひ、この機会に不正改造の防止についての理解を深めていただき、その排除にご協力ください。
▼問い合わせ 北海道運輸局室蘭運

輸支局(☎43013)

**食について一緒に考えてみませんか
登別市食生活改善推進員
養成講座を開催します**

食生活改善推進員とは、地域の方がたに健康づくりのための望ましい食生活を広めていただくボランティアです。

月日	内容
6月29日(火)	これからの健康づくり 健康と栄養・食生活 バランスの取れた食生活
7月6日(火)	生活習慣病を考えた食生活、調理実習① 食品衛生と健全な生活環境
7月13日(火)	食品成分表の使い方 食生活プランと食事のバランス 身体活動・運動(実技)
7月21日(火)	成人・高齢期の食育、調理実習② 生活習慣病とその予防
8月3日(火)	乳幼児～青年期の食育、調理実習③ 食生活推進員の地区組織活動

▼時間 10時～15時
▼場所 しんた21
▼対象 市内居住の方
▼定員 20人
▼参加料 2千円(テキスト・材料費)
※講座終了後は、登別市食生活改善推進員として活動をお願いします。

▼申し込み 6月22日(火)までに健康推進G(しんた21内・☎50100)

**初心者大歓迎!
男性のための料理教室に
参加しませんか**

〔登別市食生活改善推進員協議会主催〕
▼日時 6月15日(火) 10時～12時30分
▼場所 しんた21
▼対象 男性の方(年齢は問いません)

▼定員 20人(申込順)
▼持ち物 エプロン・三角きん
▼参加料 600円
▼料理名 ホイコーロー(野菜と肉の炒め物)・具だくさんの味噌汁ほか
▼申し込み 6月11日(金)までに渡辺さん(☎862755)

**『歯みがきで元気 長生き ステキだね!』
歯の衛生週間事業のお知らせ**

〔室蘭歯科医師会主催〕

日時	内容
6月5日(土) 12時～15時	図画、ポスターの展示、良い歯のコンクール最終審査表彰式
6月6日(日) 10時～16時	お口の健康チェック(歯科ドック)、口腔清掃指導、無料フッ化物塗布、歯科相談、栄養相談、歯科技工物展示、口腔ケアグッズの展示

▼場所 室蘭市市民会館(室蘭市西町)
▼入場料 無料
▼問い合わせ 室蘭歯科医師会(☎43522)

医療講演会を開催します

〔財)北海道難病連室蘭支部主催〕

▼日時 7月4日(日) 13時～15時
▼場所 室蘭市障害者福祉総合センター(室蘭市東町)
▼内容 『慢性閉塞性肺疾患(COPD)について』
▼講師 佐原伸さん(さはら呼吸器内科クリニック院長)
▼問い合わせ 永末さん(☎453987)

**ダイエット教室に
参加しませんか**

ダイエットの必要な方はもちろん、興味のある方もどうぞ。

▼日時 6月9日(水) 15時～16時
▼場所 登別厚生年金病院
▼内容 『運動について』、『食事療法について』

※当日直接会場へお越しください。

▼問い合わせ 登別厚生年金病院栄養部(☎803235)



『申し込み』
『問い合わせ』
中の『G』は『グループ』の略です