

乳がん検診を受けましょう

女性のみなさん、乳がん検診を受けたことはありますか。乳がんは、早期の段階で発見できれば、良好な経過が期待できるがんです。

早期発見に最も有効なのは検診です。町では、40歳以上の女性に2年に一度の乳がん検診を実施しています。問診、視触診、マンモグラフィー（乳房X線撮影）を行います。定期的を受診することが大切です。

マンモグラフィー（乳房X線撮影）とは…

乳房を挟みながら圧迫して撮影します。これを左右の乳房で行います。圧迫することにより乳房の中のがんが飛び散るようなことはありません。痛みを伴うこともありますが、これは少ないレントゲン量で乳房の中を鮮明に撮影し、がんを発見するためにとても大切なことです。

自己触診について

症状として最も多い乳房にできるしこり等の異常を発見するために、月に一度の自己触診をしましょう。乳がんの方の95%にしこりがみられます。他に乳首や乳房のくぼみ、ただれ、ひきつれ、分泌物などが見られる場合があります。

乳房にしこりや異常を発見した場合…

乳房にしこりのできる病気は、乳がん以外にもいろいろあり、良性の場合も多くあります。まずは落ち着いて、早めに専門医へ受診しましょう。

Let's乳がん検診

町では1月18日に乳がん検診を行います。今年度まだ受けていない方は、ぜひご利用ください。詳しくは19ページをご覧ください。

問 保健センター TEL 292-5505

今月の町民相談

- | | | | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|---|---|--|---|--|
| <p>▼年金相談
日時 平日 午前9時～11時、午後1時～4時
問 総務課 庶務担当
TEL 内線 212</p> | <p>▼人権相談
日時 2月10日(金) 午前10時～正午
場所 202会議室
※要予約
問 総務課 自治振興担当
TEL 内線 215</p> | <p>▼司法書士相談
日時 2月6日(月) 午前10時～正午
場所 203会議室
※1月末までに予約
問 総務課 自治振興担当
TEL 内線 215</p> | <p>▼弁護士相談・行政相談
日時 1月20日(金) 午前10時～正午
場所 203会議室
※要予約
問 総務課 自治振興担当
TEL 内線 215</p> | <p>▼子育て相談
日時 平日 午前9時～11時、午後1時～4時
場所 子育て支援課窓口
問 子育て支援課 子ども担当
TEL 内線 162</p> | <p>▼消費生活相談
日時 毎週水・金曜日 午前10時～正午(新規の相談は11時30分まで)
場所 産業観光課窓口
※電話相談あり
問 産業観光課 観光商工担当
TEL 内線 148</p> | <p>▼心配ごと・何でも相談
日時 1月10日(火)、2月10日(金) 午後1時～3時
場所 社会福祉協議会
※電話相談あり
問 社会福祉協議会
TEL 292-2977</p> | <p>▼子育て相談
日時 平日 午前9時～11時、午後1時～4時
場所 子育て支援課窓口
問 子育て支援課 子ども担当
TEL 内線 162</p> | <p>▼教育相談
日時 平日 午前9時～11時、午後1時～4時
場所 中央公民館相談室
問 学務課 学務担当
TEL 内線 508</p> | <p>▼町民課窓口
場所 町民課窓口
問 町民課 国保年金担当
TEL 内線 122</p> |
|---|--|--|--|--|---|---|--|---|--|

消費者へのアドバイス！
○こうした「荷受代行」「荷物転送」アルバイトは絶対にしないようにしましょう。
○運転免許証や健康保険証、銀行等口座などの個人情報情報を安易に伝えないようにしましょう。
○困ったときは、消費生活相談窓口にご相談しましょう。

先日、携帯電話会社から料金未納の請求書が届いた。問い合わせると、私の名義でスマートフォンを契約し、料金は私名義のクレジットカード払いになっているが、滞納しているのを利用して停止しているとのこと。端末代金は払うようにと言われたが、私は契約していないし、そのクレジットカードは所有していない。支払わなくてはならないのだろうか。

3か月前、SNSで知り合った人から荷受代行の副業を紹介され、指示されるまま運転免許証などの画像を送り、後日、携帯電話会社から送られてきた荷物を転送した。

くらしの110番
荷受代行・
荷物転送
のアルバイトに
気を付けて

1 月の町のイベント & ごみ・資源収集 カレンダー

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
1	2	3	4	5	6	7
			●官公庁仕事始め ●武蔵越生七福神めぐり ◎消費生活相談	●リフレッシュ体操 ◎人権問題講演会	◎人権問題講演会 ◎消費生活相談 ⑦あそぼう会	○土曜開庁(午前) ◎ラジオ体操みんなの体操会 ◎おはなし会
	A B	A B	A 紙・布 B	A 可燃 B 不燃・有害	A ブラ B 可燃	
8	9	10	11	12	13	14
◎新成人のつどい	◎休み		◎消費生活相談	●リフレッシュ体操 ◎乳児健診 ⑨出前保育	◎消費生活相談	○土曜開庁(午前) ●月例ハイキング大会→P11
	A 可燃 B びん缶・プラ	A ペット B 可燃	A B 紙・布	A 可燃 B ペット	A びん缶・プラ B 可燃	
15	16	17	18	19	20	21
◎町民のつどい ◎冬の自然観察会	◎香道教室 ◎健康相談等 ◎休み	●食事運動教室→P14 ◎越生高校美術部作品展示(～25日)	◎消費生活相談 ◎子宮頸がん検診 ◎乳がん検診	●リフレッシュ体操 ◎折紙教室 ◎2歳児歯科教室	◎法律・行政相談 ◎消費生活相談	○土曜開庁(午前) ◎論語を楽しむ
	A 可燃 B ブラ	A 不燃・有害 B 可燃	A 紙・布 B	A 可燃 B 不燃・有害	A ブラ B 可燃	
22	23	24	25	26	27	28
●男女共生フォーラム	◎健康相談 ◎育児相談 ⑦あそぼう会 ◎休み		●食事運動教室→P14 ◎消費生活相談	●リフレッシュ体操	◎消費生活相談	○土曜開庁(午前) ●健康長寿講座→P11 ●児童生徒美術展作品展→P17 ◎本に親しむ会
	A 可燃 B びん缶・プラ	A ペット B 可燃	A B 紙・布	A 可燃 B ペット	A びん缶・プラ B 可燃	
29	30	31	2/1	2	3	4
●観光ボランティア講座→P13 ●児童生徒美術展作品展→P17	◎健康相談 ◎栄養相談 ◎休み	●健康長寿講座→P11	●障がい者(児)の相談会→P18 ◎ステンドグラス教室 ◎消費生活相談	●リフレッシュ体操	◎消費生活相談	◎おはなし会
	A 可燃 B ブラ	A B 可燃	A 紙・布 B	A 可燃 B 不燃・有害	A ブラ B 可燃	
5	6	7	8	9	10	11
●町長選挙→P6 ◎ちびっ子駅伝大会	◎健康相談等 ◎育児相談 ◎司法書士相談 ◎休み		◎消費生活相談	●リフレッシュ体操	◎人権相談 ◎消費生活相談	○土曜開庁(午前) ●月例ハイキング大会→P11
	A 可燃 B ブラ	A 不燃・有害 B 可燃	A B 紙・布	A 可燃 B ペット	A びん缶・プラ B 可燃	

◎=まなびあい(24ページ)、◎=保健(18ページ)、◎=相談(26ページ)、⑤=すくすく(下)、◎=図書館(25ページ)

下段はゴミと資源の収集日

(A地区=八高線西側、B地区=八高線東側)

可燃:可燃ごみ、不燃・有害:不燃ごみ・有害ごみ、びん缶:びん類・かん類、紙・布:紙類・布類、ペット:ペットボトル、プラ:その他容器包装プラスチック
可燃ごみ/高倉クリーンセンター ☎277-1500
不燃ごみ・資源ごみ(紙・布類を除く)/川内リサイクルプラザ ☎294-4115
粗大ごみ/戸別有料収集受付専用ダイヤル ☎272-3344

1 月の納税

Tax payment

(1月31日まで)

国民健康保険税 第7期

バーコード印字のある納付書は、納期限内に限りコンビニエンスストアでの納付に使用できます。詳細は納付書をご覧ください。

すくすく情報

"SUKUSUKU" Information

「すくすく」は、子育て中の親子が自由に集える場所です。気軽に遊びに来てみませんか？

開所日時 月～金曜日 午前9時～午後4時

事業内容 園庭開放(午後3時30分まで)、子育て相談、その他イベント、電話相談(平日午後1時～4時)

* あそぼう会 *

1月6日(金) 午前11時～11時30分

『リズムであそぼう』ピアノにあわせて体をたくさん動かしましょう♪

1月23日(月) 午前10時30分～11時30分

『お店屋さんごっこ』の品物作り♪みんなで作りましょう！

* 出前保育 *

1月12日(木) 午前10時～正午 やまぶき公民館

☎越生町子育て支援センター「すくすく」(山吹保育園内)

☎292-5684