

～地元野菜の魅力たっぷり～ 学校給食体験バスツアー

現在の学校給食には地元の野菜が使われています。地産地消を学び、体験できるバスツアーにあなたも参加しませんか。

とき 11月26日(木)午前9時～午後1時45分

ところ ▶集合：保健センター※駐車スペースに限りがあるため、公共交通機関をご利用ください。

▶体験：市内農園（箱根西麓三島野菜の収穫体験）

▶昼食：錦田小学校2階ランチルーム

内容 箱根西麓三島野菜の紹介と収穫体験、収穫野菜を使った学校給食の説明と試食、健口体操など

対象・定員 市内在住、在勤、在学の人・先着40人

※同日開催の学校給食地域絆づくり交流の参加者が合流
費用 500円※野菜の土産あり

申込み・問合せ 11月13日(金)までに電話または電子メールで健康づくり課（☎973-3700、✉kenkou@city.mishima.shizuoka.jp）へ。



大人の食育教室

学校給食地域絆づくり交流事業 in 錦田小

地元の野菜をふんだんに使った学校給食の試食会です。子どもを懐かしみ、楽しく会食しませんか。

とき 11月26日(木)午前11時50分～午後1時30分

ところ 錦田小学校2階ランチルーム※駐車場はありません。近隣施設への駐車はご遠慮ください。

内容 学校給食の説明と試食、箱根西麓三島野菜の説明、健口体操など※JA三島函南、市8020推進員との協働事業です。

対象・定員 市内在住、在勤、在学の人・先着20人

※同日開催の学校給食体験バスツアー参加者が合流
費用 280円※野菜の土産あり

申込み・問合せ 11月16日(月)までに電話または電子メールで健康づくり課（☎973-3700、✉kenkou@city.mishima.shizuoka.jp）へ。



予防接種実施医療機関の変更

井深小児科医院（加屋町3-15）は医療機関の都合により、高齢者インフルエンザの予防接種は実施いたしません。予防接種を希望する人は、ご注意ください。

問合せ 健康づくり課（☎973-3700）

二次元コード記載記事は、電子申請可。市ホームページから「電子申請」と検索してください。

～我流お・も・て・な・し～ おせち料理教室

誰でも手軽に作れる「おせち料理」で、お正月をオリジナルに演出してみませんか。

とき 12月5日(土)午前10時～午後1時

ところ 学校法人鈴木学園3階調理室（一番町）

※近隣の有料駐車場をご利用ください。

メニュー 蒸し雑煮、だて巻きなど計4品

講師 鈴木美代子さん（鈴木学園教頭、管理栄養士、専門調理師）

対象 市内在住、在勤、在学の18～45歳の人

定員・費用 先着30人・500円

申込み・問合せ 11月20日(金)までに電話または電子メールで健康づくり課（☎973-3700、✉kenkou@city.mishima.shizuoka.jp）へ。



知識を深め、予防しよう！ 糖尿病予防公開講座

11月14日は世界糖尿病デーです。この機会に、普段なかなか聴くことのできない講座に参加してみませんか。※2日間の講座のうち、どちらかのみも参加できます。

●第1弾：三島市医師会・歯科医師会による講座

とき 11月12日(木)午後6時30分～8時30分（午後6時開場）

ところ 生涯学習センター3階講義室

内容・講師 ▶「薬を使わずに糖尿病を治す方法」・榎澤尚子さん（三島市医師会糖尿病専門医、後藤外科胃腸科医院）▶「歯周病予防は糖尿病予防！」・栗原由紀夫さん（三島市歯科医師会、栗原歯科医院）

●第2弾：日本大学短期大学部食物栄養学科による講座

とき 11月14日(土)午後1時30分～3時

ところ 日本大学三島校舎15号1階（北中学校となり）※駐車場はありません。

内容・講師 「タイプ別食事のとり方」・篠原啓子さん（日本大学短期大学部食物栄養学科准教授）

費用 第1弾・2弾ともに無料

申込み・問合せ 11月11日(水)までに電話または電子メールで健康づくり課（☎973-3700または☎981-4563、✉kenkou@city.mishima.shizuoka.jp）へ。

ホントはずっと仲良くいたいから♡プロジェクト 我が家流の子育て探しセミナー

「夫から、妻から認められないワケ」、「育児の大変さを共有できるか」などをテーマに夫婦で我が家流の子育てを模索するセミナーです。

とき 11月8日(日)午後2時～4時

ところ 市民文化会館3階第2会議室※駐車場はありません。近隣の有料駐車場をご利用ください。

対象・定員 妊娠中～未就学児を子育て中の夫婦・先着15組※無料

講師 渡辺大地さん(株式会社アイナロハ代表取締役)

託児 1歳以上(0歳児は同伴聴講)、1人100円※先着10人、要予約

申込み・問合せ ママとねホームページ(<http://www.mamatone.net>)、健康づくり課(☎973-3700)



▲渡辺大地さん

～いい歯でもっと笑顔に～ けんこう 健口を保ちましょう

いい歯の日(11月8日)は、平成5年に日本歯科医師会により制定されました。いつまでも美味しく楽しく食事をするために、口の健康を見つめ直しませんか。市では、「いつでもどこでも、食べたら歯みがき」をキャッチフレーズに歯みがきの実践を普及しています。

健口を保つために

- ▶毎日の歯みがきだけでなく定期的に健診を受ける
- ▶かかりつけの歯科医をもつ
- ▶歯科医院で年に1～2回は歯と口のチェックやクリーニングを受ける

※日本歯科医師会は、8020運動(80歳になっても自分の歯を20本以上保つ)を推進しています。

問合せ 健康づくり課(☎973-3700)

スポーツ

市民温水プール

11月の休館日 8日(日)市民水泳大会のため午前・午後の部休館※夜間は通常営業

問合せ 市民温水プール(☎980-5757)

第16回静岡県市町対抗駅競走大会 応援バスツアー参加者募集

とき 12月5日(出)午前7時30分

ところ 市民体育館前出発※雨天決行

内容 市民体育館(出発)→県庁、草薙競技場(応援)→市民体育館(午後5時30分到着予定)

定員・費用 先着50人・無料※昼食有りの人1,000円

申込み 11月12日(木)までにFAXまたは電子メールで氏名、住所、電話番号、昼食(弁当)の有無を明記し、三島市体育協会事務局(☎960-9780、✉npo.mtk@ka.tnc.ne.jp)へ。

問合せ 三島市体育協会事務局(☎981-0200)(平日月曜日～金曜日の午前10時～午後4時)、スポーツ推進課(☎987-7571)

集まれ、未来のトップアスリート

みしまジュニアスポーツアカデミー開講

「今から目指す、世界の表彰台」をキャッチフレーズに、(独)日本スポーツ振興センターの協力のもと、素質のある有望な選手を発掘・育成する取り組みです。とき 11月～平成28年11月

ところ 県総合健康センター(谷田)、日本サイクルスポーツセンター(伊豆市大野)など※各自で集合

対象 市内在住、在学の小学6年生～中学2年生※競技経験の有無は問いません。

競技 自転車、レスリング、ボート、陸上、ホッケー

定員 20人※11月10日(火)に選考会を開催します。申し込みした人は、必ず選考会に参加してください。

費用 無料※内容により負担金が発生する場合あり

申込み 11月5日(木)までに直接または郵送で、各学校で配布される申込書に必要事項を記入し、みしまジュニアスポーツアカデミー事務局(〒411-0033文教町2-10-57スポーツ推進課内)へ。※申込書は市ホームページからもダウンロードできます。

問合せ スポーツ推進課(☎987-7571)