

市民相談・県民相談

相談は無料、秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。
 ※市役所の受付は、午前8時30分～午後5時15分です。

相談名	相談日時など	会場	問い合わせ			
行政	2月21日(木) 午後1時～4時	市役所1階 市民相談室	市民課 ☎②1113 ☎②1112 ☎②1110			
法律	2月6日(木)・13日(木)・27日(木) 午後1時～4時 ◎3月の相談日					
	<table border="1"> <tr> <td>弁護士による相談</td> <td>3月6日(木)・13日(木) 午後1時～4時 定員=各6人(先着順)</td> </tr> <tr> <td>司法書士による相談</td> <td>3月19日(木)・27日(木) 午後1時～4時 定員=6人(先着順)</td> </tr> </table>			弁護士による相談	3月6日(木)・13日(木) 午後1時～4時 定員=各6人(先着順)	司法書士による相談
弁護士による相談	3月6日(木)・13日(木) 午後1時～4時 定員=各6人(先着順)					
司法書士による相談	3月19日(木)・27日(木) 午後1時～4時 定員=6人(先着順)					
労働法律	2月20日(木) 午後1時～4時 定員=6人(先着順)					
不動産	2月8日(金)・3月8日(金) 午後1時～4時 定員=6人 相談員=宅地建物取引業本庄支部無料相談員			※各種相談は予約制 ※3月の相談予約は、2月20日(木)から受付開始 (受付開始日は電話予約のみ)		
年金	2月14日(木) 午後1時～4時 相談員=社会保険労務士					
税務	2月12日(木) 午後1時～4時 相談員=税理士					
市民相談 (2月～3月)	消費生活	毎週月・水・木曜日(休日を除く) 午前9時30分～正午、午後1時～3時30分 ※2月14日(木)終日、21日(木)午後はお休みです。	市役所4階 商工課 商工課 ☎②1175			
	消費生活	毎週火・金曜日(休日を除く) 午前9時30分～正午、午後1時～3時30分	上里町役場2階 産業振興課 上里町役場産業振興課 ☎②1232			
	人権	2月12日(木) 午後1時～4時	総合支所2階 研修室	人権推進課 ☎②1159		
		2月26日(木) 午後1時～4時	市役所1階 市民相談室			
	家庭児童	毎週月～金曜日(休日を除く) 午前9時～午後4時	市役所2階 子育て支援課	子育て支援課 ☎②1129 (家庭児童相談室)		
	教育(不登校等)	毎週月～金曜日(休日を除く) 午前9時30分～午後3時	ふれあい教室 (旧勤労会館2階)	教育支援センター ☎②4287		
	教育(いじめ等)	毎週水曜日(休日を除く) 電話相談:午後1時30分～5時 ※面談による相談は、電話相談の時間内に事前予約受付		子どもの心の相談員(臨床心理士) ☎②7337		
	心配ごと	毎週月曜日(休日を除く) 午後1時～4時 ※相談時間中のご連絡は、☎②8976へ	本庄市社会福祉協議会	本庄市社会福祉協議会 ☎②2755		
		2月4日(月)・18日(月)・3月4日(月) 午後1時～4時	総合支所2階 研修室	本庄市社会福祉協議会児玉支所 ☎⑦1237		
	結婚	毎週水曜日(休日を除く) 午後1時～4時 ※相談時間中のご連絡は、☎②8976へ	本庄市社会福祉協議会	本庄市社会福祉協議会 ☎②2755		
介護の悩み	2月8日(金)・22日(金) 3月8日(金) 午後1時～4時 ※相談時間中のご連絡は、☎②8976へ					
県民相談	毎週月～金曜日(休日を除く) 午前9時～正午、午後1時～4時 相談員=県民相談員	北部地域振興センター (熊谷地方庁舎1階)	北部地域振興センター ☎048-522-6506			
	法律 ※予約制			毎月第1・3・4水曜日(休日の場合は翌日に振替) 午後1時～4時 相談員=弁護士		



交通安全 ニュース

自転車も乗れば、車のなかまで。

一覚えて守ろう!!

「自転車安全利用5則」

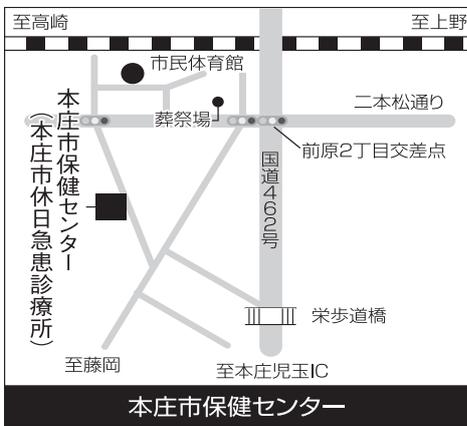
- ① 自転車は、車道が原則、歩道は例外
- ② 車道は左側を通行
- ③ 歩道は歩行者優先で、車道よりを徐行
- ④ 安全ルールを守る
- ⑤ 子どもはヘルメットを着用



歩道を通行できる場合

- ・ 標識がある場合
- ・ 13歳未満の子ども
- ・ 70歳以上の人
- ・ 交通量が多く、車道の幅が狭い場合など

- ・ 飲酒運転、2人乗り、並進の禁止
- ・ 夜間はライトを点灯
- ・ 交差点での信号遵守と一時停止及び安全確認など



みんなのけんこうガイド

★本庄市保健センター ☎ 2003
※お問い合わせは、午前8時30分からです。

●育児相談・学級 【会場】本庄市保健センター

相談・学級		内容	日時	申込
すくすく相談		身長・体重の計測、育児・栄養相談	2月28日(木)・3月14日(木) 午前9時30分～11時 ※3月14日(木)は、児玉保健センターで実施	定員あり。 各実施月の1日から本庄市保健センターへ (※電話による育児相談は随時受け付けています。)
母乳相談		母乳に関する相談	2月28日(木) 午前9時30分～11時	
おや親タマゴ	マタニティエクササイズ	ストレッチ、有酸素運動など	2月6日(水)・3月6日(水) 午前10時～正午	定員あり (随時受付)
	母乳・沐浴	母乳について、お風呂の入れ方の実習など	3月16日(土) 午前9時30分～正午	
	食事	栄養士の講話、調理実習	3月22日(金) 午前9時30分～正午	

～犬の飼い主のみなさんへ～ 「飼い主のマナー」を守りましょう!

◎飼い主の責任です!
フンは持ち帰りましょう。

◎人にも犬にも迷惑です!
放し飼いはやめましょう。

◎あなたが主人です!
最後まで責任を持って飼いましょう。
※犬のふん害にお困りの方には、啓発用の看板を無償で配布しています。必要な人は本庄市保健センターへご連絡ください。

かんたん♪ お惣菜でおうちカフェ

手軽に使えるお惣菜に、ひと手間加えてカフェ風のごはんにアレンジ!

日時 3月5日(火) 午前9時30分～正午

会場 本庄市保健センター
対象 市内在住者

内容 管理栄養士の講師による調理実習

定員 15人(先着順)

費用 無料

用意 エプロン、三角巾(ハンダナ等で可)、手拭き用タオル、筆記用具

申込 2月12日(火)から直接又は電話で本庄市保健センターへ

医療メモ

本庄市児玉郡医師会広報部

大腸がんについて

今、日本で増加しているがんの1つに大腸がんがあげられます。生活の西洋化に伴って、高脂肪食、繊維分の少ない食事を摂取することが多くなったため、便秘になりやすい状態になっています。このため、大腸がんが増加しているといわれています。

大腸がんの初期症状

- ・便秘と下痢を繰り返すなどの便通の異常
- ・下血
- ・がんが進行すると、腸閉塞やしこりなどの症状が現れます。

早期発見、早期治療が原則

がんが進行してからでは治療は困難になります。早期発見のためには、便中に含まれる目に見えない極少量の出血を見逃さないことが重要です。これは「便潜血反応」といい、便の中に含まれる少量の赤血球に反応して出血の有無を判定します。現在行われている大腸内視鏡検査をきちんと受けましょう。たとえ大腸がんが発見されたとしても、早期発見であればあるほど治癒が期待できます。

まずはかかりつけの先生にご相談ください。

検診結果が陽性の人は、内視鏡検査を受けましょう

便潜血が陽性の人で大腸がんが発見される人は数パーセントに過ぎません。しかし、大腸がんの人は、80～90%の確率で、便潜血反応が陽性になるといいう統計があります。つまり、大腸がんがあればほとんどの人は便潜血が陽性になるといいうことです。

検査結果が陽性の場合は、大腸内視鏡検査をきちんと受けましょう。たとえ大腸がんが発見されたとしても、早期発見であればあるほど治癒が期待できます。

まずはかかりつけの先生にご相談ください。