

記号の見方 時日時 場会場 内内容 対対象 定定員 費費用 申申し込み 締締め切り 持持ち物 問問合わせ

FAX 444・0815

図書館からのお知らせ

書庫に入って本を選ぶ！

〈本との出会いと新たな発見〉

普段は入ることができない図書館の書庫に入り、棚を自由にご覧いただけます。また、本の貸し出しもできますので、ぜひご利用ください。

図書館でボードゲームを遊ぶ会

ボードゲームをしながら、楽しく図書館で過ごしませんか？どなたでも参加できます。お気軽にご来館ください。

時 11月23日(日)
午前10時～午後4時
場 図書館1階書庫
申 当日午前9時30分～午後3時30分に図書館カウンターで申し込み。
※申込不要、入退場自由です。
※未就学児は保護者同伴です。
問 図書館
444・4946
(午前9時～午後5時)

小型充電式電池は「かん電池（オレンジ色）」の袋で出しましょう

小型充電式電池は、リチウムイオン電池・ニッケル水素電池・ニカド電池があり、小さくて繰り返し充電することができ、さまざまな製品に使われています。とても便利な小型充電式電池ですが、モバイルバッテリーなどは破損や変形することで発熱や発火する危険性が高く、分別の徹底が求められています。が、「もやせないごみ」や「プラスチック製容器包装」、「金物・小型家電・硬質プラスチック」の袋に混入していることがあり、過去にごみ収集車の火災が発生しました。

また、他の自治体では施設内の火災により、ごみの収集ができなくなる事例も発生しています。

ポッチャをやってみよう！

今回は、日頃の練習成果を発揮する機会として、「落花ポッチャ杯」を開催します。また、2月に行われる「東印旛地区スポレク祭」に出場するチームを選出します。

今回は、日頃の練習成果を発揮する機会として、「落花ポッチャ杯」を開催します。また、2月に行われる「東印旛地区スポレク祭」に出場するチームを選出します。

今回は、日頃の練習成果を発揮する機会として、「落花ポッチャ杯」を開催します。また、2月に行われる「東印旛地区スポレク祭」に出場するチームを選出します。

第18回八街市シニアクラブ連合会チャリティー活き活き祭り

プロ顔負けの演芸大会と採れたて野菜などのバザーを行います。お寄せいただいたチャリティーの一部は八街市社会福祉協議会へ寄附されます。

時 11月30日(日)
午前10時～午後4時
場 中央公民館
申 当日券あり
問 老人福祉センターゆうゆう
443・5211

医療費にお金をかけすぎているませんか？

節約術を知ること、医療費の無駄使いを防ぎ、また、上手な受診の仕方や正しい薬の服用につながります。

受診する際の節約術

「かかりつけ医をもつ」ことで、健康に不安を感じた時に病歴や健康状態を把握したうえで相談にのじていただき、精密検査が必要になった際には大病院への紹介状を作成していただけます。紹介状なしで受診すると、初診料とは別に費用がかかります。

また、「受診時間」や「しご受診」は注意が必要で、緊急性がなければ、通常より高い医療費がかかる夜間や休日受診ではなく、平日の診療時間内に受診しましょう。「はしご受診」は、ひとつの病氣やけがで、複数の医療機関にかかることによって、その都度初診料や検査費用がかかります。また、検査内容や処方薬が重複し、体への大きな負担が生じる場合もあります。

正しい服薬に関する節約術
複数の医療機関を通院している場合でも、「1カ所のかかりつけ薬局・薬剤師をもつ」「1人1冊のお薬手帳を活用する」ことで、薬の飲み合わせや残薬などを確認することができます。また、薬の重複・多剤予防、残薬を確認することにより、医療費の無駄使いを防ぐことにつながります。さらに、価格を安く設定している「ジェネリック医薬品」の活用や、薬を処方してもらうだけの通院を減らす「リフィル処方箋」を医師に相談するなどの節約方法があります。

日頃から自身の体と健康に目をむけ、軽度な体の不調を自分で手当てする「セルフメディケーション」を身につけましょう。そして、市販薬などを利用して症状が改善しない場合は、医療機関を受診するなど、その都度ご自身で判断しましょう。

日頃から自身の体と健康に目をむけ、軽度な体の不調を自分で手当てする「セルフメディケーション」を身につけましょう。そして、市販薬などを利用して症状が改善しない場合は、医療機関を受診するなど、その都度ご自身で判断しましょう。

問 国保年金課
443・1139

八街市議会12月定例会のお知らせ

八街市議会12月定例会は、11月25日(火)～12月18日(木)の日程で行う予定です。

一般質問日程
12月1日(月)・2日(火)・3日(水) 各日午前10時～
インターネット議会中継でも視聴ができます。
問 議会事務局
443・1482



インターネット中継