

市民活動の情報をお知らせします



市では、市民活動（コミュニティ活動、ボランティア活動、NPO活動等）に関する情報や団体などの情報を集約し、その情報を相互に活用することにより、市民や市民活動団体が主体となった地域づくりの活動を活性化することを目的として、市のホームページの中に「市民活動団体等データベース」および「市民活動情報掲示板」を設置しました。

今後、これらの活用により、市民や市民活動団体等の各種の活動を通じた連携を支援し、「共創・協働」のまちづくりへの積極的な取り組みを推進します。

市民活動団体等データベース

市内で活動している市民活動団体を紹介し、市民や市民活動団体の連携を深め、市民が主体となった地域づくりの活動がさらに活性化することを目的とするものです。

なお、市では市民活動団体等データベースに掲載を希望する団体を、随時募集しています。掲載希望の団体は、地域づくり推進室までご連絡ください。

市民活動情報掲示板

掲載内容 団体名、代表者、事務所、活動内容、メールアドレス、ホームページアドレスなど

各種市民活動に関する情報を相互に発信・収集し、情報を共有・活用して、市民や活動団体相互の連携が深まり、まちづくりの活動が活性化することを目的とするものです。

ボランティアの募集や、イベント実施のPR、活動の紹介などにご利用ください。

問合せ 地域づくり推進室0833(72)1400 内線219 Eメール chikizukuri@city.hikari.jp

婦人がん検診実施中です！

乳がん検診（個別検診）

対象 40歳以上の市民で職場等で検診を受ける機会のない人

検診期間 平成18年2月28日まで
検診内容 視触診、マンモグラフィー検査

実施医療機関 市内3医療機関
(下表参照)
自己負担額 1800円（検診料5980円）

受診方法 検診実施機関一覧表で予約の有無等を確認のうえ、受診券と保険証を持参し、医療機関で受診してください。

子宮がん検診（個別検診）

対象 20歳以上の市民で職場等で検診を受ける機会のない人

検診期間 平成18年2月28日まで
検診内容 子宮頸部の細胞診、内診、コルポスコピー検査

医師が必要と認め、希望する場合は体部がん検診ができます。
実施医療機関 市内5医療機関
(下表参照)

自己負担額 2000円（検診料6934円）・体部がん検診含む2900円（検診料9874円）

検診実施機関一覧表 (光地区市外局番0833・大和地区市外局番0820)

| 検診実施機関 | 電話 | 子宮がん検診 | 乳がん検診 | 健診受付時間 予約以外 | 備考(特記がない場合、日・祝日は健診なし) |
|----------|---------|--------|-------|-------------------------|-----------------------------------------------|
| 梅田病院 | 71-0084 | | | 8時15分～18時 | 日・祝日可 日・祝日12時～13時30分は昼休み 土・日・祝日は受付17時まで |
| 兼清外科 | 71-0800 | | | 9時～12時 15時～18時 | 木・土は午前中のみ |
| 市立光総合病院 | 72-1000 | | | 8時15分～10時30分 | 乳がん検診要予約(電話可) 子宮がん検診は火・木のみ |
| みちがみ医院 | 72-3332 | | | 8時～12時30分 14時30分～18時 | 受付12時30分まで 水は休診、土は受付17時まで |
| 竹中医院 | 78-0074 | | | 9時～12時 14時～16時 | 木・土は午前中のみ |
| 市立大和総合病院 | 48-2111 | | | 8時30分～11時 | 月～金まで 乳がん検診は要予約(電話可) 子宮がん検診は直接健診科へ |

印は、予約が必要 受付時間等の詳細については、直接各医療機関にお問い合わせください。

「光市情報学習推進協議会」パソコン学習会

市民パソコン相談

「光市情報学習推進協議会」では、パソコン初心者を対象にしたパソコン学習会を開催しています。このたび、「こんなに簡単 パソコン入門」の受講者を募集します。また、「市民パソコン相談」も開設しています。お気軽にご利用ください。

対象 市内に居住または勤務の人会場 生涯学習センター学習室
(光井公民館内)

こんなに簡単 パソコン入門 (超初心者対象)

| 講座番号 | 日 程 | 定員 |
|----------------|--------------------|-----|
| 基礎・6 【12時間】 | 2月14日、16日、17日、15日、 | 12人 |
| 基礎・7 【12時間】 | 3月9日、14日、15日、 | 12人 |

時間 13時30分～16時30分
受講料 2525円
(テキスト代525円を含む)

申込方法 希望講座番号、住所、氏名(ふりがな)、電話番号をご記入の上、はがき、FAX、または生涯学習センター・各公民館の窓口でお申し込みください。(先着順)

「光市情報学習推進協議会」は、市民の皆さんのパソコン学習のお手伝いをするために、「生涯学習サポートバンク」に登録している団体、個人の有志の集まりです。市民による、市民のための講座づくりを目指して、教育委員会と協働で取り組んでいます。興味のある人、意欲のある人は、ご連絡ください。

申し込み・問合せ 生涯学習センター 7430011 光市光井4丁目28番1号 0833(72)3477 FAX 0833(72)3578

「はつらつ塾」参加者募集!

脳をいきいきさせて若返りたい人、新しいことに挑戦してみたい人、参加してみませんか?

会場 大和公民館(2回目のみ大和保健センター)
募集人員 50歳以上の市民30人
(先着順)
申込期限 10月25日
申し込み・問合せ 健康増進課0833(74)3007



| 日にち | 内容 | 講師 | 持参物 |
|--------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|
| 11月2日(水) 14時～16時30分 | 健やかな老い～認知症を予防しよう～ 脳の元気をチェックしてみませんか? 脳いきいきチェック | 原田医院 副院長(心療内科) 原田和佳 先生 健康増進課 保健師 | メガネ(必要な人のみ) 筆記用具 |
| 11月11日(金) 9時30分～13時 (大和保健センター) | ヘルシー料理のすすめ～脳血管性痴呆予防の食事～ 調理実習・試食 | 健康増進課 栄養士 | エプロン 実習代 500円 |
| 11月30日(水) 9時30分～11時30分 | 右脳を使って認知症を予防しましょう! 音楽を楽しみませんか | 音楽療法指導士 中原孝子 先生 | お茶代 50円 |
| 12月5日(月) 9時30分～11時30分 | 右脳を使って認知症を予防しましょう! 楽しく身体を動かそう | 健康運動指導士 中原理子 先生 | タオル 運動しやすい服装 スポーツ安全会費 100円 |
| 12月14日(水) 9時30分～11時30分 | 右脳を使って認知症を予防しましょう! ふみこ* 文香を作ってみよう 脳活性化ゲームの体験 | 宮重秀子 先生 健康増進課 保健師 | 材料費 500円 |
| 平成18年3月8日(水) 9時30分～11時30分 | 脳は元気かな? 脳いきいきチェック はつらつ同窓会 | 健康増進課 保健師 | メガネ(必要な人のみ) 筆記用具 |

注：文香とは、和紙にお香を入れた匂い袋です。