

# 明るい選挙推進協議会委員を紹介しす



市選挙管理委員会は、明るい選挙推進協議会委員（通称 選挙サポーター委員）の公募を行ない、11月13日付けで平田友幸選挙管理委員長より12人の委員に委嘱状を交付しました。

## 明るい選挙推進協議会の活動と目的

明るい選挙推進協議会は、各種選挙が明るく正しく行なわれるよう啓発活動を行なう住民参加型のボランティア団体です。

選挙は、私たちが政治に参加する最も重要で基本的な機会ですが、残念ながら投票への参加率は、毎回下がる傾向にあります。特に、これからの社会を担う20歳代～30歳代の投票率は、60歳代の投票率の約半分となっています。投票率を上げることは大変難しい問題ですが、選挙サポーター委員の皆さんとともに啓発活動を続けていきます。

## 明るい選挙推進協議会委員（選挙サポーター委員）

木村 芳聰さん(灰塚)	本田 祥子さん(杉並台)
渡邊 安二さん(中林)	上野 義博さん(後川辺)
山本 良隆さん(新開)	津田 揚子さん(永江団地)
上田 蜜範さん(若原)	丸山 健斗さん(泉ヶ丘)
田上 利廣さん(泉ヶ丘)	津田 啓佑さん(永江団地)
相川 幸恵さん(永江団地)	西野 浩史さん(大池)

## 任期満了に伴う合志市長選挙の投票日を平成26年3月16日(日)に決定しました

合志市長の任期満了(平成26年4月1日)に伴う市長選挙を3月16日(日)に行ないます。告示日は3月9日(日)です。2月に立候補予定者説明会を予定しています。詳細は広報1月号でお知らせします。

### ●問い合わせ先

市選挙管理委員会(合志庁舎) ☎248-1112

# 市役所・各施設の年末年始の閉庁日・休館日

施設名	☎	閉庁・休館期間	施設名	☎	閉庁・休館期間
市役所 合志庁舎	248-1111	12月28日(土)～1月5日(日) 1月5日(日)は合志庁舎日曜開庁 午前9時～午後1時	合志図書館	248-5754	12月28日(土)～1月4日(土)
			西合志図書館	242-5555	
			泉ヶ丘市民センター図書館	247-1315	
			泉ヶ丘市民センター公民館	248-3453	
西合志庁舎	242-1111	12月28日(土)～1月5日(日)	野々島公民館	242-1636	
泉ヶ丘支所	248-3453	12月28日(土)～1月5日(日)	須屋市民センター	346-4112	
須屋支所	345-4400	12月28日(土)～1月5日(日)	黒石市民センター	242-2321	
ヴィーブル	248-5555	12月28日(土)～1月4日(土) 1月4日(土)は施設予約のみ受付	三つの木の家	248-6277	
			合生文化会館	242-3218	
			人権ふれあいセンター	248-3893	
御代志市民センター	242-1190	12月28日(土)～1月4日(土)	ふれあい館	242-7000	
			老人憩の家	242-2030	
			みどり館	248-0400	

## 年末年始のパスポート申請はお早めに

12月28日(土)～1月5日(日)までパスポート窓口は休みになります。パスポートの申請から交付まで11日間必要です。(土・日・祝日、年末年始は含みません)十分に余裕を持って申請してください。



●問い合わせ先 市民課(合志庁舎) ☎248-1113

検診期間 平成26年2月28日(金)まで

### 子宮頸がん検診

対象 20歳以上の女性

内容 子宮頸部細胞診

委託医療機関 池田クリニック

菊陽レディースクリニック

北熊本井上産婦人科医院

自己負担 20歳～69歳 1,600円

70歳以上 600円

### 乳がん検診

対象 30歳以上の女性

内容 乳房視触診、超音波検査

委託医療機関 庄嶋医院

三隅胃腸科内科外科医院

自己負担 30歳～69歳 1,500円

70歳以上 500円

### セルフチェック

生理が終わった4、5日目が、乳房が最も張らない時期なのでおすすめです。乳房や脇の下にしこりがないか、乳首をつまんで分泌物がないかを確認します。



9月、10月でがん複合検診(集団検診)が終了し、本年は約5,500人が検診を受けました。12月から医療機関で受ける施設検診(子宮頸がん、乳がん検診)が始まります。子宮頸がんは、女性の命はもろいこと、妊娠や出産の可能性まで奪ってしまうことがあります。初期にはほとんど自覚症状がありません。そのため、定期的な検診で早期に発見することが大切です。子宮頸がんは(ヒトパピローマ)ウ

イルス感染が主因で、20～30歳代の若い人に増えています。また、乳がんは40歳代が発症のピークです。早期治療のためには早期発見が大切です。セルフチェックと合わせて、乳がん検診を受けたことがない人は一度、受けてみませんか。申込者には問診票を送付しています。申し込みをしていない人で検診を希望する人は、各庁舎・支所でお申し込みください。

## 自分のため 大切な人のために 子宮頸がん・乳がん検診

問い合わせ先 健康づくり推進課 健康推進班(西合志庁舎)  
☎(242)1183

応募多数の大人気講座！  
特定健診で血糖コントロールが必要なのは6割以上います。血糖値が高い状態が続くと、糖尿病や腎不全につながります。血糖はしっかりと「コントロールすること」で、重症化を防ぐことができます。  
この機会に血糖のしくみや血糖値を下げる秘訣を学んでみませんか。  
●ところ 泉ヶ丘市民センター  
●時間 午後2時～3時30分  
●対象 次のいずれにも該当し、全日程参加できる人  
①空腹時血糖・随時血糖やHbA1cの値が上がり始めの人、高い人  
②内服などをしていない人  
●定員 30人  
申込多数の場合は、初めて参加する人などを優先します。  
●参加費 無料  
●申込方法 12月24日(火)までに健康づくり推進課へ電話もしくは窓口でお申し込みください。

## 血糖値が上がり始めた人は必見 こうし健康塾 血糖コントロール教室

問い合わせ先 健康づくり推進課 健康企画班(西合志庁舎)  
☎(242)1183

期日	タイトル	内容
1月8日(水)	私の血糖値、HbA1cが高い理由	疑問解決 私の血糖はどうして上がったの？ 爽やかに楽しく運動して血糖値を下げよう
1月15日(水)	血糖値、HbA1cを下げる運動のポイント	燃焼系のカラダをつくって血糖をバンバン燃やそう 筋トレの効果
1月22日(水)	血糖値、HbA1cを下げる食事のポイント	食べ物の真実 血糖が上がらない「私の丁度いい量」を知る 血糖を上げる食べ物、食べ方
1月29日(水)	継続のコツ	血糖をコントロールするためのコツを知ろう 続けていくために大切なこと

※HbA1c…過去1～2カ月間における平均的な血糖レベルを表す値