

市民病院健康講座

市民病院事務局 ☎66・2200

あなたはいびきをかいていませんか？特に呼吸が止まるいびきは要注意です。

申込手続は不要です。お気軽にご参加ください。

とき 2月13日(金)

午後3時～4時

ところ 市民病院 講義室

演題 「いびきと睡眠時無呼吸」について

講師 市民病院 耳鼻咽喉科部長 竹内昌宏 医師



定年準備セミナー

産業振興課 ☎66・1119

高齢期における職業生活設計セミナーを開催します。人事・労務担当者の参加も歓迎します。

とき 2月21日(土)

午後1時30分～4時

ところ 豊川市勤労福祉会館 第2会議室(豊川市新道町1-1-3)

対象 概ね45歳以上の方

定員 50人(申し込み順)

演題 「ライフプランの必要性」退職前後の主な手続きと基礎知識

講師 高齢者雇用アドバイザー 瀬木久視

申込・問合先 ハガキ、電話、ファクスで、申込書(産業振興課にあります)に必要事項を記入の上、(社愛知県雇用開発協会)あいち高齢期雇用就業支援コーナー(〒460-0008名古屋市中区栄2丁目10-19名古屋商工会議所ビル6階)☎052・218・5651 FAX 052・201・8190へ。

蒲郡市漁協女性部による魚料理教室

産業振興課 ☎66・1126

地元でとれた旬の魚を使って、魚料理を作ります。

とき 3月17日(火)

午前10時～午後1時

ところ 東部市民センター

料理実習室

内容 メヒカリの野菜マリネ、エビの団子汁

講師 蒲郡市漁協女性部連絡協議会の方

対象 市内在住・在勤の方

定員 12人(定員を超えた場合は抽選)

参加費 500円

申し込み 2月24日(火)までに産業振興課へ。電話での申し込みも受け付けます。

申し込みも受け付けます。



三河湾健康マラソン 交通規制にご協力ください

体育課 ☎67・5017

2月8日(日)

●市民会館スタート

午前9時40分～

●車両通行止時間

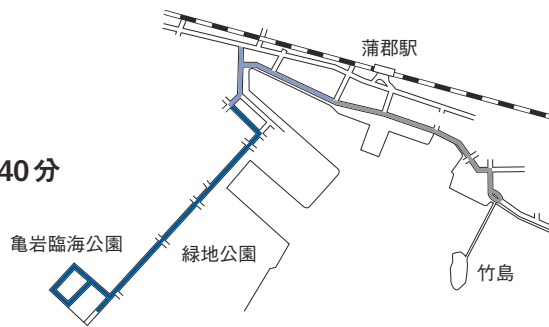
午前9時10分～11時40分

車両通行止時間帯

9:10～11:40
10:10～11:40
9:20～10:40

●バス利用者の皆さんへ

路線バスの港町・竹島遊園停留所発について、右記時間帯は回運転(通過になります)になります。ご協力お願いします。



	港町	竹島遊園
三河大塚駅行	9:33	9:35
病院循環線	9:40	9:42
西浦温泉前行	10:32	10:32

在宅医などへのお問い合わせ

在宅医

☎67・2828

休日急病診療所

☎67・2555

休日歯科診療所

☎69・8020

糖尿病教室 2月

場所●市民病院2階講義室
(月曜日の開催は市民病院7階食堂)

とき	講義内容
18日(金)	糖尿病とは
19日(土)	食事の話
20日(日)	合併症、検査
23日(水)	日常生活の話
24日(木)	薬と運動の話

※申込不要。各日ともに午後3時～4時。事前に院内売場でテキスト「糖尿病ってなあに」(200円)をご購入ください。

納税

市県民税(4期分)

国民健康保険税(7期分)

後期高齢者医療保険料(7期分)

納期限 2月2日(月)

◎口座振替払の方は預金残高の確認をお願いします。