

# 大網白里町長選挙の投票日は 12月17日(日)を予定

平成19年1月16日の任期満了に伴い、大網白里町長選挙を行う予定です。

立候補を予定している方や有権者の方のそれぞれが、選挙のルールをしっかりと守り、明るい選挙を実現しましょう。

▶告示日=12月12日(火)

▶選挙期日=12月17日(日)

選挙管理委員会 ☎(70)0398



## 大網白里アリーナの 利用方法と料金

- メインアリーナ・サブアリーナ・武道場の利用
- 開館時間 9時～22時
- 利用方法
- 専用使用(団体の使用)
- △予約の場合▽
- ▼受付時間 8時30分～17時15分
- ▼受付場所 大網白里アリーナ事務室窓口
- ▼申請期間
- ・町内在住者の割合が半数以上の場合:2カ月前の1日

(1日が休館日の場合は翌日から予約の受付ができます。)

・町内在住者の割合が半数未満の場合:2カ月前の10日(10日が休館日の場合は翌日)から予約の受付ができます。

個人使用(1人もしくは少人数で使用)

予約受付はできません。当日、自動券売機で使用券を購入してご利用ください。

○トレーニング室の利用

開室時間 9時～21時

利用方法

トレーニング室を初めて使用する方は、トレーニング機器の使用など、講習を受けてからの使用となります。

講習会の予約は、トレーニング室の窓口または電話でお問い合わせください。

○自動券売機の利用

施設の空き状況を確認し、当日、自動券売機で使用券を購入してご利用ください。両替はできませんので、小銭をご用意ください。

☎(70)5708

町では、住民と行政の協働によるまちづくりを推進するため、住民参加の手法や先事例の研究、討議を行う「住民と行政の協働によるまちづくり推進懇談会」を発足。一般公募による会員45人で、7月1日に初回会議を行いました。

開会に先立ち、堀内町長は「住民がお互いに、そして住民と行政がそれぞれの持つ特性を生かしながら補完し合い、協力し合う良きパートナーとして、誰もが住みたいと思える素晴らしいまちづくりを実現したい」とあいさつ。

その後、会員を4つのグループに分け、ワークシヨップ形式で懇談会への思い・期待等について、意見を交換。グループごとに発表しました。



▲住民参加のまちづくりに向け意見を交わす懇談会員

## 住民の声を行政で 住民と行政の協働によるまちづくり推進懇談会が発足

また、会長に武井實氏を選任。今後、懇談会の体制や活動計画等を作成の後、住民参加の具体的な方策を検討していきます。

※町ホームページ等で、随時概要等を公開していきます

☎(70)0315

### 使用料金

施設区分	入場料	使用目的	金額 (2時間)
専用使用(団体)	なし	体育スポーツに使用する場合	一般 3,000円 中学生以下 1,000円
		その他の場合	9,000円
	あり	体育スポーツに使用する場合	15,000円
		営利目的で使用する場合	80,000円
サブアリーナ	なし	体育スポーツに使用する場合	一般 1,000円 中学生以下 300円
		その他の場合	3,000円
	あり	体育スポーツに使用する場合	5,000円
		営利目的で使用する場合	20,000円
武道場	なし	体育スポーツに使用する場合	一般 800円 中学生以下 200円
		その他の場合	2,400円
	あり	体育スポーツに使用する場合	4,000円
		営利目的で使用する場合	12,000円
会議室・研修室・談話室・放送室・舞台・楽屋			800円

施設区分	金額 (2時間)
メインアリーナ・サブアリーナ・武道場	一般 300円 中学生以下 100円
個人使用	一般 300円
トレーニング室	*1カ月定期券は、3,000円 体力測定は、1回 450円



施設区分	金額	
メインアリーナ	冷暖房設備 (2時間)	8,000円
	音響設備 (1回)	8,000円
	放送設備 (1回)	1,000円
	可動椅子設備 (1回)	10,000円
サブアリーナ	冷暖房設備 (2時間)	2,000円
	武道場	冷暖房設備 (2時間)

・メインアリーナは1/2、1/3使用が可能。サブアリーナ 武道場は1/2使用が可能  
・町外者の使用料は、本表の料金の1.5倍を乗じた額で、10円未満は切り捨て  
・使用時間を超える場合は、1時間相当の使用料金を徴収

## 大網病院だより 23

### 骨粗鬆症のおはなし④ 診断

骨粗鬆症で行う検査は、骨の量を測ることが中心になります。「骨密度測定」ともいわれます。測定機器には目的に応じて、いろいろな種類がありますが、いずれも痛みもなく短時間で安全に検査できます。

また、骨折の有無を調べたり、ほかの病気と区別するためにX線検査もします。ほかの病気が原因と疑われるときには、血液検査や尿検査も行われます。

骨粗鬆症の診断には問診も重要な手がかりとなります。自分の病歴や生活習慣(食事の内容や運動習慣など)を説明できるように、あらかじめ整理しておくといでしょう。

検査結果に基づく診断には、学会が定めた診断基準が使われています。危険か危険でないかは、骨の量がどのくらい減った状態で骨折が起こるかによります。

WHO(世界保健機関)では、1994年に骨粗鬆症の基準を定めました。その後、日本ではパーセントを使った分かりやすい診断基準を1996年に作り直しました。これは、若いとき(20~44歳)の平均骨量の20%減少までは正常、20~30%を骨量減少、30%以上の減少を骨粗鬆症と診断するというものです。

骨粗鬆症になると骨折しやすくなり、その意味では若いときより30%以上骨量が減ると危険な状態といえます。すでに骨折がある場合は、20%以上の骨量減少で骨粗鬆症と診断します。また、痛みがなくても背が1年間に1cm以上短縮した場合は、骨量を測定する必要があります。

☎(72)1121

## 栄養士だより 53

### 旬の野菜を食卓に

野菜には旬があります。旬とは「その食品が多く収穫されるとき、1年のうちで一番おいしいとき」をいいます。夏野菜のトマトや冬野菜のホウレンソウなど、旬の野菜は味が良く、経験としてそれを実感している方も多いことでしょう。

旬の野菜は、味も香りも良いだけでなく、栄養価が高いことが分かっています。例えば、冬に収穫されるホウレンソウのビタミンCは、夏に収穫されたものの3倍も含まれています。

最近では、ハウス等の栽培技術の進歩により、年間を通じて出回っている野菜も多く、旬がいつなが分かりにくい状況ですが、旬を大切に健康に役立てていきましょう。

春…玉ネギ、ソラ豆、キャベツ、三つ葉、菜の花、タケノコ、ジャガ芋  
夏…ナス、トマト、キュウリ、レタス、ピーマン、スイカ、トウモロコシ  
秋…ニンジン、ゴボウ、サツマ芋、キノコ、栗  
冬…ホウレンソウ、大根、白菜、ネギ、カブ、ブロッコリー

☎(72)8321



健康福祉課健康指導係