

次号予告
名張市オリジナル商品



3月の相談

記載の電話番号は、問い合わせ先です。
開催場所(☎)の連絡先とは限りません。

- 弁護士相談 [3月14日(金)午前10時~午後4時]
- 交通事故相談 [3月20日(金)午後1時~3時15分]
- 行政相談 [3月20日(金)午後1時~3時]
- 司法書士相談 [3月24日(月)午後1時~4時]
- 市民・多重債務相談 ※申込不要 [平日 午前8時30分~午後5時15分]
- 人権相談 [3月11日(金)午後1時30分~4時]
- 介護相談 [平日 午前8時30分~午後5時15分]
- 障害者福祉相談 [平日 午前8時30分~午後5時15分]
- 年金相談 [3月11日(金)・25日(金) 午前10時~午後2時45分]
- 女性弁護士法律相談 ※要予約 [3月7日(金) 午前10時~正午 午後1時~3時]
- 女性相談 [第1・3・5週 木・金・土曜日 午後2時~7時]
- 男性のための相談 [3月13日(金) 午後7時~9時]
- メンタルヘルス相談 ※要予約 [3月20日(金)午前10時~正午・3月25日(金)午後1時~5時]
- 若者就職相談 (いぬ若者サポートステーション) [平日 午前10時~午後4時]
- 職業相談 (ハローワークプラザ名張) [平日 午前8時30分~午後5時15分]
- 就農相談 [平日 午前8時30分~午後5時15分]
- 女性相談 [平日 午前8時30分~午後5時15分]
- 家庭児童相談 [平日 午前8時30分~午後5時15分]
- 育児相談 [火~土曜日 午前9時30分~午後5時 (日・月曜日、祝日は休館)]
- 母子家庭相談 [平日(水曜以外) 午前10時~午後5時]
- 子ども相談 [平日 午前8時30分~午後5時15分]
- 不登校相談 [平日 午前8時30分~午後5時]
- 教育よろず相談 [月~土曜日 午前9時~午後5時]
- 青少年悩み相談 [平日 午前9時~午後5時]
- 子どもの発達相談 [平日 午前8時30分~午後5時15分]
- 乳幼児健康相談 [3月12日(金) 午前9時30分~11時受付]
- 食生活・健康相談 [3月4日(金) 午前9時~11時]
- こころの健康相談 [3月26日(金) 午後2時~4時]
- がん・難病相談 [3月15日(金) 午後1時~4時]
- 在宅医療相談 [平日 午前9時~午後5時]

青蓮寺湖駅伝競走大会のため交通規制をします

☎名張市体育協会(武道交流館いきいき内) ☎62-4141

ぶどう狩り案内所
 青蓮寺ダム
 青蓮寺湖
 青蓮寺橋
 弁天橋
 通行止め…午前10時~午後1時
 方向に車両一方通行…午前10時~午後1時
 時間通行止め…午前11時40分~11時50分(10分間)
 交通規制実施日 **2月23日**



市役所や市立病院などで働きませんか? 平成26年度短期雇用の臨時職員登録者募集

市では、短期雇用の臨時職員を事前に登録し、必要に応じて雇用しています(年齢は問いません/学生は除く)。主な職種は下表のとおりです。

勤務場所	職種など	必要な資格など
① 市役所・出先機関	臨時事務補助員	ワード・エクセルを使える人
② 応急診療所	臨時看護師・臨時准看護師	看護師免許または准看護師免許
	臨時医療事務	医療事務資格
③ 保育所	臨時保育士	保育士資格
	臨時看護師・臨時准看護師	看護師免許または准看護師免許
④ 市立病院 (介護老人保健施設、看護専門学校を含む)	臨時看護師	看護師免許
	臨時看護助手	資格は問いません
	臨時介護福祉士	介護福祉士資格
	臨時介護助手	介護職員初任者研修(旧ヘルパー2級)
	臨時介護補助員	資格は問いません
	臨時薬剤師	薬剤師免許
	臨時臨床検査技師	臨床検査技師免許
	臨時診療放射線技師	診療放射線技師免許
	臨時理学療法士	理学療法士免許
	臨時作業療法士	作業療法士免許
臨時臨床工学技士	臨床工学技士免許	
臨時管理栄養士	管理栄養士免許	
臨時言語聴覚士	言語聴覚士免許	
臨時看護教員	看護師免許(臨床経験5年以上)	

登録方法 市販の履歴書に写真を貼り、備考欄に希望職種を書いてお申し込みください。※随時受付、郵送可。有資格者は免許の写しを添付
申込先 ①~③…人事研修室(〒518-0492 鴻之台1-1)
 ④…市立病院 経営総務室(〒518-0481 百合が丘西1-178)
☎人事研修室 ☎63-7315 市立病院 経営総務室 ☎61-1100(代表)

健康 Every Day エブリデー
 骨粗しょう症 骨粗しょう症
 骨粗しょう症 骨粗しょう症
 骨粗しょう症 骨粗しょう症

骨粗しょう症は女性に多い病気です。特に閉経後は骨量を維持する働きのある女性ホルモンの分泌が急激に低下するため、骨粗しょう症になりやすく、骨折の危険性が高まります。

毎日の生活習慣に気を配ることで、骨量の減少を食い止め、骨粗しょう症を予防することができます。

- 1日3回の食事を取りながら、カルシウムを1日600mg(※)は取りましょう。無理なダイエットは要注意!
- 適度な運動をしましょう。運動は骨に刺激を与えカルシウムの沈着を促進します。
- 散歩や買い物などで、日光に当たる機会を持ちましょう。
- アルコールの飲みすぎに注意し、喫煙、インスタント食品を控えましょう。



保健師 半田 公美

◎骨量測定などで骨量が低下している場合には、医師にご相談ください。

※カルシウム1日600mgの目安
 ▼牛乳1本(200ml) カルシウム220g
 ▼ししゃも3尾(100g) カルシウム330g など

広告

人生のセレモニーをサポートする冠婚葬祭互助会
 経済産業大臣許可互第4048号 前払式特定取引業

株式会社 **ベルウイング**

本社 三重県名張市夏見3228 TEL(0595)62-5885

広告

ハウスクリーニング(キッチン、バス、トイレ、ガラス他)
 エアコンクリーニング・床フローリングワックス掛け
 ビル清掃管理サービス・家事代行サービス
 害虫駆除(白アリ、ゴキブリ、ねずみ、ハチ)
 庭木管理サービス・マット モップ 空気清浄器他レンタルサービス

ダスキーンエスプリ

TEL65-8411 名張市新田1249-4