

手話で話そう

7月4日から手話教室開講

福祉のお知らせ

ろうあ問題や手話について理解を深め、ろうあ者健闘者の交流を図るために、市民手話教室を開きます。ろうあ者が直接指導します。ろうあ者を動かす生きた手話を手をとって学びます。

健康づくり入門 ①

人生八十歳と言われる今日、誰もが健康で長生きを強く意識するようになってきました。市健康づくり推進協議会では、今年の特一テーマ「高血圧の予防」として市民の皆さんに高血圧についてのご知識や予防法を啓蒙するのにとしています。

高血圧

動脈硬化と密接な関係

本態性高血圧症の場合、30歳代後半から血圧上昇が起これば、頭痛、めまい、視力低下、腰痛、夜尿頻回、自覚症状が現われ、やがて心臓、腎臓、脳血管に障害を及ぼします。また、若い人場合は糖尿病、脂質異常症、腎臓病、甲状腺機能亢進症、性高血圧症が比較的多く見られる場合があります。

動脈硬化は、動脈の内径が狭くなることで、血圧が上がる原因の一つです。動脈硬化が進むと、血管が硬くなり、弾力性が失われ、血圧が高くなります。

動脈硬化は、動脈の内径が狭くなることで、血圧が上がる原因の一つです。動脈硬化が進むと、血管が硬くなり、弾力性が失われ、血圧が高くなります。

動脈硬化は、動脈の内径が狭くなることで、血圧が上がる原因の一つです。動脈硬化が進むと、血管が硬くなり、弾力性が失われ、血圧が高くなります。

動脈硬化は、動脈の内径が狭くなることで、血圧が上がる原因の一つです。動脈硬化が進むと、血管が硬くなり、弾力性が失われ、血圧が高くなります。

動脈硬化は、動脈の内径が狭くなることで、血圧が上がる原因の一つです。動脈硬化が進むと、血管が硬くなり、弾力性が失われ、血圧が高くなります。

手足・耳の不自由な人の巡回更生相談
① 時間：毎月30日(月) 午後1時～3時
② 場所：宇治市社会福祉センター
③ 内容：身体障害者手帳の交付や再交付に必要な書類の作成や、手話の指導などを行います。

福祉医療費
受給者証の切り替え
現在使用中の「福祉医療費受給者証」は、6月30日(月)で有効期限が切れます。7月1日(火)から新しい受給者証(赤色)を交付します。

在宅障害者デイ・サービス
おはなし会
おはなし会は、毎月25日(木)午後3時～4時、中央図書館(宇治市)で開催されます。

硬式テニス教室
おはなし会
おはなし会は、毎月25日(木)午後3時～4時、中央図書館(宇治市)で開催されます。

硬式テニス教室
おはなし会
おはなし会は、毎月25日(木)午後3時～4時、中央図書館(宇治市)で開催されます。

福祉医療費
受給者証の切り替え
現在使用中の「福祉医療費受給者証」は、6月30日(月)で有効期限が切れます。7月1日(火)から新しい受給者証(赤色)を交付します。

公民館のお知らせ

第2回公民館油絵サークル合同展
宇治・木幡・小倉の三公民館は五つの油絵サークルがあり、約百人の会員が活動しています。このうち65歳以上70歳未満の所得税非課税世帯(一人暮らし)で、収入が4万円以下、19年度の合計所得が20万円以下、65歳以上の者が対象です。

スリランカの料理講習会
スリランカ料理講習会
スリランカ料理講習会
スリランカ料理講習会

おはなし会
おはなし会は、毎月25日(木)午後3時～4時、中央図書館(宇治市)で開催されます。

おはなし会
おはなし会は、毎月25日(木)午後3時～4時、中央図書館(宇治市)で開催されます。

おはなし会
おはなし会は、毎月25日(木)午後3時～4時、中央図書館(宇治市)で開催されます。

おはなし会
おはなし会は、毎月25日(木)午後3時～4時、中央図書館(宇治市)で開催されます。

市・府民税の納期
六月は、市・府民税第1期分の納期です。納期遅れに最寄りの金融機関から納めください。

育成学級の夏期アルバイト募集
対象：大学生・募集人数：若干名
期間：7月21日～25日

硬式テニス教室
おはなし会
おはなし会は、毎月25日(木)午後3時～4時、中央図書館(宇治市)で開催されます。



2巻 市史増刊
購入先：歴史資料館(2013年11月) 第一六巻と市史増刊(131) 定価もあわせてお求めください。

市史増刊
購入先：歴史資料館(2013年11月) 第一六巻と市史増刊(131) 定価もあわせてお求めください。