



# 公民センターだより

## 【公民センター事業予告】

### 「まんぷく広場」 市民シェフの手作り定食をご提供

この事業は、平成30年度から始め、公民センターの交流事業として、皆さんに大変好評をいただいています。

第1回目は、自然薯研究会の「自然薯尽くし定食」、25食限定一食 600円です。  
1月25日（土） 11時30分開店 13時30分閉店

食券の販売開始 7日（火） 8時30分～

### 今後の予定

開催日

食券販売開始日

「煮込みハンバーグとたっぷり野菜膳」

2月8日（土） ⇒ 1月17日（金）

「ハツタケご飯定食」

2月22日（土） ⇒ 2月4日（火）

「春の定食」

3月8日（土） ⇒ 2月18日（火）



公民センター事務室にて  
8時30分より販売します

### 【公民センター 年末年始休館のお知らせ】

12月29日（日）～1月3日（金）まで

年末年始休館となります。

ごみ育クイズ ④

冷たくなったカイロは捨てるしかありませんね。  
さて、カイロは何ごみ？



\*答えは裏面です

第二小学校区 地区担当保健師です  
胃がんを予防しよう

要因

胃粘膜内の細胞がピロリ菌の感染や喫煙、塩分などによる刺激が続くことで、がん細胞となるリスクが高くなります。

胃がんの早期は無症状です。  
胃にやさしい生活をして、  
胃がん検診も受けよう！



健康課 ☎ 047-497-3495  
保健師 廣庭 松浦

予防



野菜や果物を食べる



ピロリ菌の除菌



胃がん検診のお知らせ

会場 : 公民センター  
日程 : 12月4日(水) ※予約不要  
対象者 : 40歳以上 男女  
問診票がない方は、健康課までお問い合わせください。



白井市公民センター

〇おおぞら〇

白井第二小学校区地区社会福祉協議会の拠点  
開所曜日 毎週火・木・土曜日  
開所時間 午前10時～午後4時  
どうぞ気軽に、お越しください。  
電話 047-401-5151



発行 白井市公民センター  
〒270-1406 白井市中98-17  
TEL : 047-492-5266  
Email : koumin@city.shiroi.chiba.jp

みどりの里づくり協議会

白井第二小学校区みどりの里づくり協議会  
取次先 : 白井市公民センター