

9月の納期

- ・国民健康保険税……………3期
- ・後期高齢者医療保険料…3期
- ・上下水道使用料…7・8月分

粗大ごみ収集日

申込日	収集日
9/1～9/5	9/15
9/16～9/19	10/6
10/6～10/10	10/20

携帯版「守谷クリーンカレンダー」
<http://mobile.city.moriya.ibaraki.jp/clean/>

10月のし尿収集日

日	区	分
1 2 3	大井沢地区	
6 7 8	大野地区	
15 16 17	高野、乙子、南守谷地区	
20 21	原、原本町、北園	
23 24	小山、奥山新田、奥山本田、	
27 28	辰新田、同地、赤法花	

休日・夜間緊急診療所

取手医師会病院(小児科除く)
 ☎0297-78-6111
 JAとりで総合医療センター(小児科:水曜日除く)
 ☎0297-74-5551
 総合守谷第一病院(小児科:水曜日)
 ☎45-5111

人口と世帯数

平成26年8月25日現在

前月比	
世帯	24,894戸(+52戸)
人口	64,720人(+93人)
男	32,635人(+49人)
女	32,085人(+44人)
昨年同月人口	64,258人

メールもりやに登録を!

市の情報をメールで配信
<https://service.sugumail.com/mail-moriya/member/>

◆主な配信内容◆

- ・イベント情報
- ・防犯・防災情報
- ・火災発生情報
- ・選挙情報



ヘルシー保健師だより もりやの食育おたすけ隊!

「食生活改善推進員」をご存じですか?

○問合せ 保健センター ☎48-6000

市では、現在39人の食生活改善推進員の皆さんが活動していますが、「何をしている人たちの？」と思う方も多いかと思えます。今回は、食生活改善推進員の活動を紹介します。

食生活改善推進員って?

「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、子どもから高齢者まで地域の皆さんの健康づくりのために、「食」を通じたボランティア活動を行っています。

どんな活動をしているの?

- ★親子・健康・男性のための料理教室等の開催
- ★伝統料理や生活習慣病予防のための料理講習会
- ★高齢者の方への料理講習会
- ★毎月19日の「食育の日」推進活動
- ★資質向上のための研修会への参加



この他にも、食を通じて健康づくりに関するさまざまな活動を行っています。

養成講座受講生募集!

あなたも食生活改善推進員になりませんか?

「食」と「健康」に関心があり、地域で食育活動に取り組みたい方の受講をお待ちしています。

●受講要件

- ・全日程受講でき、食生活改善推進員として地域でボランティア活動に参加できる方
- ・市内在住の成人

●募集人数 先着30人 ●受講料 無料 ●会場 保健センター

日時	内容
11月21日(金) 10:00~12:00	開講式/国民の健康状況について
12月5日(金) 10:00~15:00	食生活改善推進員の活動/守谷の健康課題/栄養の基礎知識
12月24日(水) 10:00~15:00	調理の基本/調理実習/年代別の食育
1月16日(金) 10:00~15:00	食事バランスガイド/調理実習/生活習慣病の概要と予防
2月2日(月) 10:00~15:30	献立の立て方/調理実習/運動実習
2月19日(木) 10:00~15:00	生活習慣病予防の食生活/調理実習/食品衛生と食環境
3月4日(水) 9:30~12:00	市食生活改善推進員との交流/閉講式

●申込期間 9月24日(水)~10月31日(金)

●申込方法 電話または窓口で申し込む ※8:30~17:15
 (土・日曜日、祝日を除く)

守谷市役所

〒302-0198 守谷市大柏950-1
 ☎0297-45-1111(代表)
<http://www.city.moriya.ibaraki.jp/>
 発行者 守谷市長 会田真一
 編集 守谷市役所総務部秘書課