

9月13日 神坂スマートICが開通しました！

問 建設課（☎内線276）



開通式典では、神坂地区の子どもたちによる三味線演奏などが披露されました。開通セレモニーでは、テープカットや通り初めを行い、一般車両の通行が開始となりました。

神坂スマートインターチェンジの開通によって、代表観光地「馬籠宿」をはじめとする市内各地域の観光地へのアクセス性が向上し、周遊観光につながります。

また、救急搬送や災害時の代替ルートとなるなど利便性も向上し、市全体の発展につながるものと期待がふくらみます。

これからの季節は、観光に訪れる方も増えます。市外の方にもたくさん利用していただき、馬籠から川上（かわうえ）、付知、加子母へ、また、市街地や苗木城跡へと足をのばして、中津川市内をめぐり楽しんでいただきたいと思います。

「神坂スマートIC 開通記念！中津川周遊デジタルスタンプラリー」開催中！

問（一社）中津川市観光局（☎67-7400）

「馬籠宿」を必須チェックポイントとし、スタンプを取得したエリア数に応じて、「飛騨牛」などが当たる3つのコースに応募していただくことができるスタンプラリーです。市外のご友人を誘ったり、ご家族で行ったことのない場所を訪れたり、ぜひこの機会にご参加ください！



詳しくはコチラ

乳がんの早期発見に大切な **ブレスト・アウェアネス**って？

問 健康課（☎内線628）

日本人女性の9人に1人が乳がん罹患すると言われ、30代後半から増え始め、40代後半から70代にかけて罹患率が急激に上昇します。

乳がんの早期発見には、定期的な検診の受診と、日頃から自分の乳房に関心を持ち、乳房を意識して生活する「ブレスト・アウェアネス」が大切です。

検診について、詳しくは二次元コードからご確認ください。



市ホームページ

ブレスト・アウェアネスのための**4つのポイント**

01

乳房の状態を知る

入浴や着替えなどの機会に、見て、触れて、確認しましょう

02

乳房の変化に気づく

注意するポイントは、しこりや皮膚のくぼみや引きつれなど

03

変化に気づいたら医師に相談

次の検診を待つことなく、すぐに医師の診察を受けましょう

04

定期的に乳がん検診を受ける

40歳を過ぎたら、自覚症状がなくても2年に1回は検診を



ライトアップで、乳がんを啓発

世界中で乳がんの啓発活動が行われるピンクリボン月間に合わせ、市では、にぎわいプラザをピンク色にライトアップします。

とき 10月1日(水)～11日(土) 17時～22時(予定)

乳がん患者会「れんげそう岐阜」

乳がんに対する抱えきれない不安を、同じ乳がんを体験している仲間と話してみませんか？

詳しくは二次元コードから



RENGESOGIFU