



令和5年度 町内スポーツ施設使用団体登録（新規・更新）について

町内のスポーツ施設を使用するためには、事前に団体登録が必要です。すでに登録されている団体も、登録の更新が必要です。なお、今年度の団体登録説明会は開催しません。

☎ 生涯学習課スポーツ振興班 ☎ 801-5683 〒851-2185 長与町嬉里郷659-1 ✉ ts-sisetu@nagayo.jp

対象となるスポーツ施設

- 長与総合公園
(町民体育館・運動公園広場・ふれあい広場・テニス広場)
- 長与シーサイドパーク
(フットサルコート・イベント広場・ミニイベント広場・多目的広場)
- 海洋スポーツ交流館
- 天満宮公園
- 長与町武道館
- 小・中学校体育施設

☑ 登録申請書（生涯学習課窓口・町ホームページにあり）に必要事項を記入のうえ、生涯学習課へ提出（メール・郵送可 ※更新のみ）

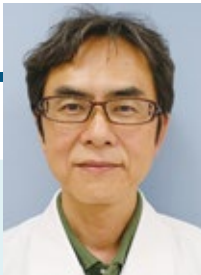
※今年度登録している団体には、登録申請書を送付します。

☑ **3月17日(金)必着**

※上記期限までに申請しなかった場合は、5月分の抽選申込ができません。次回の登録は、4月17日(月)から随時受け付けます。



健康テラス



まつなが皮ふ科
松永 義孝 先生

危険なほくろ



「ほくろ」は、皮膚の表面に見られる黒褐色の色素斑で、医学的には母斑細胞性母斑や単純黒子を指します。しかし「ほくろ」と思っていたものが実は別の皮膚腫瘍であることも多く、まれに悪性黒色腫（メラノーマ）・基底細胞癌といった皮膚癌である場合もあります。そういった「危険なほくろ」を疑う特徴としては、①形が左右対称ではなくいびつである②境界がはっきりしていない③色調が均一でなく濃淡差がある④直径が6mm以上である⑤少しずつ大きくなっている・盛り上がってきている⑥最近ジクジクしてきた・カサブタができてきた・出血してきたといったも

のがあります。このような特徴のあるほくろを見つけた場合は、早めにお近くの皮膚科に相談されることをお勧めします。

非常に転移しやすく皮膚癌の中で最も危険な悪性黒色腫は、足の裏にできていたのに本人が気付かず発見が遅れてしまったという場合もあるので、普段目につかない場所も時々チェックする習慣を持つと良いでしょう。すぐに診察を受けられない場合やどうかなど悩む時は、状態の変化が分かるように定規を当てた状態で写真を撮り記録しておいて下さい。