



熱中症対策を

体に熱をこもらせないように部屋の換気と小まめな水分補給を心掛けてください。熱中症にかりやすい高齢者や子どもは特に注意しましょう。

問い合わせ先 保健福祉課(☎0848・67・6053)

献血に協力を

とき 30日(火)13時～16時

ところ 三原赤十字病院(東町二丁目)

食中毒を防ぎましょう

●食品購入時は消費期限を確認し、早めに持ち帰りましょう。

●調理前には必ずせっけんで手洗いし、布巾、調理器具は清潔に保ちましょう。

●食品は十分加熱しましょう。

●残った食品は冷蔵庫などで保

管し、早めに食べましょう。
問い合わせ先 保健福祉課(☎0848・67・6053)

チャレンジ一週間

ラジオ体操&ウォーキング

とき 13日(土)～19日(金)7時～7時30分

ところ 芸術文化センター ポロ 芝生広場、宮浦公園

※希望者は直接会場へ。

※雨天の場合中止。

問い合わせ先 保健福祉課(☎0848・67・6053)

がん検診を受けましょう

(託児有り)

とき 8月5日(月)9時～10時

ところ リージョンプラザ南館

対象 乳がん・子宮頸がん 20歳以上の女性、大腸がん 40歳以上の男女

定員 各50人(申し込み先着順)
※託児は予約が必要です。

検診料 乳がん・子宮頸がん 無料、大腸がん 600円(クーポン券持参の人は無料)

申し込み 12日(金)(必着)までに、郵送、ファクス、電子申請、または持参で申込書(保健福祉課、保険医療課、各支所に用意)を保健福祉課(☎0

848・67・6053)へ

いろいろのなんでも相談

とき 17日(水)13時～15時

ところ サン・シープラザ(4階) 内容 精神科医師による相談

定員 2人(申し込み先着順)
申し込み 12日(金)までに保健福祉課(☎0848・67・6061)へ

家族介護者で交流しませんか

家族介護者で交流しませんか

とき 23日(火)10時30分～15時

ところ 白竜湖リゾート(大和町箱川)

内容 情報交換会、介護相談、入浴、食事など

対象 要介護1以上の人を在宅で介護している家族(1家族二人まで)

定員 100人(申し込み先着順)

参加費 無料
申し込み 11日(木)までに社会福祉協議会(☎0848・63・0570)または高齢者福祉課(☎0848・67・6055)へ

健康相談

とき 18日(木)13時15分～15時15分

ところ サン・シープラザ(3階)

こんにちは 高齢者相談センターです 声を掛け合う地域をめざして



高齢者の一人暮らしや高齢者世帯が増えている中、市では住み慣れた地域で安心して生活が続けられるように、地域での取り組みを推進しています。

近隣の高齢者が一人暮らしになったり、配偶者が亡くなったりして、ひきこもりがちになるなど、気がかりな状況を見逃さないことが大切です。それが高齢者が安心して住み続けるためのサポートにつながります。

洗濯物が数日間干しっぱなしである、新聞がポストにたまったままである、最近見かけないなどの気付きがあれば、高齢者相談センター、または市役所に連絡してください。

普段から近所同士、お互いさまの気持ちで声を掛け合って、誰もが安心して暮らせる地域をめざしましょう。

高齢者相談センター は一もに一
社会福祉士 磯兼大地

内容 健診結果の相談、食生活相談、血圧測定など

定員 6人(申し込み先着順)

申し込み先 保健福祉課(☎0848・67・6053)

女性健康手帳を配布します

女性の体の基礎知識、気を付

けたい病気などを掲載した健康手帳を配布しています。



ところ サン・シープラザ(3階)、各保健福祉センター

問い合わせ先 保健福祉課(☎0848・67・6053)

パーキンソン病教室

とき 4日(木)13時30分～15時

やすらぎ支援員の養成講座

とき・ところ ①大和保健福祉センター ②本郷生涯学習セン

ター ③8月23日(金)・30日(金)

※時間はいずれも14時～17時。

対象 認知症高齢者の支援に関心があり、受講後市内で活動ができ、①②どちらかの全日程に参加できる人

申し込み先 社会福祉協議会(☎0848・63・0570)