

平成30年田村市成人式

- 日時 30年1月7日(日) 午前10時(受付…午前9時～)
- 会場 市文化センター
- 対象者 平成9年4月2日から平成10年4月1日生まれで、市内にお住まいまたはご出身の方
- その他
 - ・市内に住民登録されている方(8月1日現在)には、10月上旬頃に「成人式のご案内」を送付します。
 - ・市外に住民登録されている方で、本市の成人式に出席を希望する場合は、お問い合わせください。



問 教育部 生涯学習課 ☎81-1215

放射能測定検査

直売所などで販売する農産物・農産物加工品を対象に放射能測定検査をしています。

- 予約受付 月～木 午前8時30分～午後3時
 - 予約方法 検査前日の午後3時までに電話で予約してください。
 - 測定品持込 検査当日の午前9時30分まで
 - 受付場所 おおごえふるさと館測定所
 - 費用 無料
 - 留意点 測定品は細かく刻んだものを500g準備してください。
 - 休館日 毎週金曜日、年末年始(12月28日～翌年1月4日)、お盆(8月14・15日)
※その他都合により休館となる場合があります。
- 申 おおごえふるさと館測定所 予約電話番号 ☎79-1201
問 田村市直売所連絡協議会事務局(産業部農林課内) ☎81-2511

田村市健康大学受講生募集！！

～これからの健康を、一緒に考えてみませんか～

健康寿命を延ばすため、健康について様々な知識を持って日頃の生活を振り返り、自分にあった生活スタイルを作ることが大切です。この機会と一緒に学んでみませんか。

- 対象 市内にお住まいの方
- 参加費 講座受講料は無料。ただし調理実習費は自己負担になります。
- 申込方法 8月21日(月)までに、介護福祉課へ電話でお申し込みください。
- 定員 各講座により異なりますので一覧表を参照してください。
※調理実習については、定員20名となります。申込が多い場合は、別日程を設けます。
- その他
 - ・全部の講座を受講できなくても、お申し込みできます。
 - ・健康スタンプ対象の保健事業です。受講の際には健康スタンプカードをお持ちください。
- 内容 下記日程表のとおり(受付時間は、開始時間の30分前からです。)



日時	内容	会場	定員
1 8月22日(火) 午後1時30分～3時30分	講演「若々しさを保つ筋力アップのポイント！」 講師：快フィットネス研究所 吉井雅彦氏	市役所 多目的ホール	60名
2 9月1日(金) 午後1時30分～3時30分	体験学習「体力年齢がわかる体力測定、どこでもできる軽い運動」	船引 保健センター	30名
3 9月11日(月) 午後1時30分～3時30分	内容「血管を若返らせる運動」のお話と実技 講師：介護予防運動指導員	船引 保健センター	50名
4 10月25日(水) 午後1時30分～3時30分	講義「高血圧等を予防する食事のポイント」 講師：市栄養士	船引 保健センター	40名
5 11月1日(水) 午前10時～午後1時30分	調理実習「美味しい食事で健康づくり」・試食 講師：市栄養士	船引 保健センター	20名
6 12月15日(金) 午後1時30分～3時30分	体験学習「体力年齢がわかる体力測定、どこでもできる軽い運動」	船引 保健センター	30名
7 30年1月19日(金) 午後1時30分～3時30分	実技「健康づくりのための運動」 講師：運動実践指導者	市役所 多目的ホール	50名

体力測定をして体力年齢を知ったり、健康食を作って食べたり、ストレスに強くなれる健康法などの体験が盛りだくさんの楽しい講座です。皆さんの参加をお待ちしています。

問・申 保健福祉部 介護福祉課 ☎82-1115



＜9月の総合健診・がん検診(集団検診)＞

- 集団健康診査・がん検診は市内どの会場でも受診できます。

乳がん検診【集団検診】

地区	日	受付時間	対象	会場
船引	5(火)	9:00～10:00 13:00～14:00	50～59歳	船引保健センター
	13(水)		60歳以上	
	19(火)			

子宮頸がん検診【集団検診】

地区	日	受付時間	会場
常葉	25(月)	13:00～14:00	常葉保健センター
船引	25(月)	9:00～10:00	船引保健センター



「うつ病家族教室」のお知らせ

うつ病の方を支えるご家族が、病気のことやうつ病の方への接し方を知り、日頃の思いをお話いただく場です。

- 対象者 うつ病の方の家族、親戚
- 日時 9月7日(木)、10月4日(水)、11月7日(火)
午後1時30分～午後4時
※9月7日(木)午後1時30分～午後3時
はご家族以外の方も参加できる公開講座です。
- 内容 医師、臨床心理士、当事者からの講話、家族交流会
- 会場 県中保健福祉事務所(須賀川市旭町153-1)
- 参加料 無料(電話で事前申込必要)
- 申込締切 8月31日(木)

問・申 県中保健福祉事務所 障がい者支援チーム ☎0248-75-7811

「健康セミナー」受講生募集

仲間と楽しく学び、健康づくり活動に参加してみませんか？このセミナーは、地域で食生活を通じた健康づくりのボランティア活動を行う食生活改善推進員を養成する講座です。ぜひご参加ください。

- 期間 8月～12月(全7回)
- 初回開催日時・場所 8月25日(金) 午後1時30分～午後4時
市役所 201会議室
- 内容 栄養、運動など健康づくりに関する講話・実技や調理実習など
- 対象
 - ・田村市在住の方
 - ・セミナー終了後に食生活改善推進員として活動できる方
- 参加料 無料(ただし調理実習費は自己負担)
- 定員 20名(先着順)
- 申込方法 8月18日(金)までに保健課へお申し込みください。
- その他 詳しくは保健福祉部保健課へお問い合わせください。

問・申 保健福祉部 保健課 ☎81-2271

子宮頸がん・乳がんの施設検診

- 施設検診は、がん検診受診希望調査による申込者へ個別に通知しました。
- 対象者
 - 子宮頸がん…20歳以上で昨年度未受診の方
 - 乳がん…40～59歳で昨年度未受診の方
- 実施期限 11月30日(木)
※自己負担あり
※対象年齢は平成30年4月1日時点の年齢です。

子宮頸がん・乳がん検診 無料クーポン券事業

- 対象年齢
 - 子宮頸がん…21歳
 - 乳がん…41歳
- ※無料クーポン券の有効期限は11月30日(木)です。
- ※対象者の方へは個別に郵送しました。
- ※転入された方は、以前お住まいの市町村が発行したクーポン券と当市のクーポン券を引き換えますので、保健課までお越しください。
- ※若い方の子宮頸がんが増えていますが、無料の検診機会をぜひご活用ください。
- ※例年、有効期限の終了間際は大変混み合い、予約が取りにくくなります。お早めにご利用ください。

