



生活習慣病予防講座

運動と栄養の両面から生活習慣病の予防について学びましょう。

月日	時間	内容
10月7日(月) 10月21日(月) 11月1日(金) 11月15日(金) 12月6日(金) 12月20日(金)	10時 ～11時30分	運動について講話・実技 「健やかな体づくりのための運動」 講師：日本体育協会公認 スポーツ指導者
10月7日(月) または21日(月)	11時30分 ～13時	栄養について講話・試食 「適正量のバランス食」 講師：町栄養士・ヘルスマイト

▼対象者 75歳未満の運動制限のない方

▼場所 保健センター

▼参加費 無料

▼定員 35名

▼申込期限 9月17日(火)

▼申込・問

保健福祉課
健康づくりグループ

☎ 62-5110

FAX 62-0202

年金

仕事

税金

健康

10月1日～新しい国民健康保険被保険者証に切りかわります

◎新しい被保険者証 9月末日までに簡易書留郵便によりお届けします。期間内に届かなかつたり、記載内容に誤りがあった場合にはお問い合わせください。

◎古い被保険者証 10月1日以降保健センターまたは役場窓口へお返しください。

◎国保をやめる手続き 職場の健康保険などに加入したときは14日以内に届出が必要です。届出が遅れると、保険税が二重払いになったり医療費の返還をいただいたりする場合もありますので、新しく加入した被保険者証を持つて保健センターまたは役場窓口へお越しください。

▼問

保健福祉課
国保医療グループ

☎ 62-5110

FAX 62-0202



9月24～30日 結核予防週間

結核は早期発見・早期治療により治すことができますので、結核に関心を持ち、正しい知識を身につけましょう。

◎結核とは 結核菌により主に肺に炎症を起こす病気の発病し重症化している人の咳やくしゃみなどの空気感染によりうつります。

◎重症化前に早期受診を のからむ咳や微熱・身体のだるさが2週間以上続く場合

◎年1回健診受診を 65歳以上の方は年1回胸部レントゲン検査を受けましょう。

◎生後5～8か月に必ずBCG接種を BCGは結核に対する免疫をつけて乳児の重症化を防ぐ予防接種です。

▼問 県中保健福祉事務所
医療薬事課

☎ 0248-75-7827

▼保健福祉課

健康づくりグループ

☎ 62-5110

FAX 62-0202

三春町ホームページ 広告主募集中!

詳しくはお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

▼広告掲載料

1か月につき1万円

※連続12回 10万円

▼申込・問

総務課文書情報グループ

☎ 62-8125

FAX 61-1110

内部被ばく検査(須賀川市)

9月9日より県のホールボディカウンター搭載車両による内部被ばく検査を開始します。詳しくは県ホームページをご覧ください。

▼日程

毎週月曜、第2・4土曜日
午前10時～午後3時

▼場所

須賀川市保健センター
(須賀川市諏訪町67-1)

▼申込方法

完全予約制。希望日の前週の金曜日までに電話でお申し込みください。(午前9時～午後5時/土日祝・年末年始を除く)

☎ 080-5744-0334

▼問

福島県県民健康調査課

☎ 024-521-8219

健康づくり応援フェア開催

教室に参加希望の方は事前に電話でお申し込みください。
※高齢者社会参加ポイントカード、三春町健康づくりポイント事業対象

▼町民健康づくり講演会

講演会名/日時

みんなで知ろう! COPD

9月3日(火)

午後1時30分～3時

▼がん予防のために「胃がん

大腸がんに打ち勝つ
9月5日(木)
午前10時～11時30分

▼安心安全な食生活を送るために、食品衛生について学ぼう/9月5日(木) 午後1時～3時

◎健康づくり応援フェア特別企画
▼種類・教室名/日時

▼健康チェックコーナー/9月3日(火)～13日(金)
午前9時～午後5時

※最終日は正午まで

▼ふくしま 食の基本 教室
調理実習/9月6日(金)

午前9時～午後0時30分

▼減塩みそ汁試食コーナー

9月10日(火)～12日(木)

午前10時～11時30分

▼骨粗しょう症予防教室

9月11日(水)

午前10時～午後0時30分

▼ロコモ・関節痛予防足腰げんき教室/9月11日(水)

午後1時～2時30分

▼40歳代・50歳代特別企画
早くから学んでおきたいお金と健康/9月11日(水)

午後6時30分～8時

※開催場所はすべて保健センターです。

▼申込・問

保健福祉課

健康づくりグループ

☎ 62-5110

FAX 62-0202