

かると

平成15年度国際理解講座 『ボリビアでの活動報告』

平成12年度第3次青年海外協力隊員の山本泰雄さんが、隊員活動を通じて見たボリビアを紹介しします。

日時 7月15日(火) 19時～20時
30分

場所 市民会館視聴覚室

定員 30人(申込順)

参加料 無料

申し込み 7月11日(金)までに電話で総務課国際交流室(☎851130)

生活習慣を

見直してみませんか

『からだ元気会』のご案内

健康に過ごすためには、普段の生活習慣が大切と実感していても長く続かなかつたり、自分に合った方法がわからなかつたりといったことはありませんか。

『からだ元気会』は、運動や食生活などについて話し合いや体験などを通し、自分に合った方法を見つけていく教室です。

ぜひ一緒に学んでみませんか。

日時 8月19日(火)・26日(火)・9月2日(火)の3日間 10時～12時

(9月2日(火)は12時30分まで)

場所 鷺別公民館

11月には、しんた21でも開催を予定しています。

対象 40～69歳の方で、基本健康診査や人間ドックなどでコレステロールや血圧、血糖値が高かつた方(なるべく3回とも参加できる方)

内容 グループによる話し合い、食事や運動に関する実技・体験など

定員 10人(申込順)

参加料 無料

申し込み 7月8日(火)から8月8日(金)までに電話で健康推進課(しんた21内☎850100)

戦没者などの妻や父母などに改められた特別給付金が継続支給されます

特別給付金の最終償還を終えた戦没者などの妻や父母などに改めて特別給付金が支給されます。

●第17回特別給付金『い号』国債を受けられた戦没者などの妻に額面200万円の特別給付金が支給されます。

●第19回特別給付金『い号』国債を受けられた戦没者の父母などに額面100万円の特別給付金が支給されます。

詳しくはお問い合わせください。請求期限 平成18年3月31日 問い合わせ 社会福祉課

(☎851911)

健康相談・診査

健康相談

月日	受付時間	場所
8月18日(月)	10:00～	しんた21
8月19日(火)	10:00～	鷺別公民館
8月22日(金)	10:00～	婦人センター

対象 コレスステロールや血圧、血糖値などが高く、生活上どんな工夫や注意をしたらよいか知りたいと思っっている方
内容 保健師や栄養士による食生活や生活習慣に関するアドバイス
申し込み 8月8日(金)までに電話でお申し込みください

8カ月児健康相談

クラス	対象	受付時間
ひよこ	平成14年12月生まれで第2子目以降のお子さん	10:15～10:30
もぐもぐ	平成14年12月生まれで第1子目のお子さん	12:45～13:00

日時 8月20日(水)(時間は、対象となる家庭に通知します)
場所 しんた21
内容 身体計測、栄養相談、育児相談、遊びの紹介
持ち物 母子健康手帳、バスタオル、替えオムツ

乳幼児健康相談

月日 8月20日(水)
受付時間 10時～10時15分
場所 しんた21
対象 育児相談を希望する方
内容 発育・発達・育児などの相談、栄養相談
申し込み 事前に電話でお申し込みください

4カ月児健康診査

日時 8月21日(木)(時間は、対象となる家庭に通知します)
場所 しんた21
対象 平成15年3月16日～平成15年4月15日生まれのお子さん
内容 診察、身体計測、栄養相談、育児相談
持ち物 母子健康手帳、バスタオル、替えオムツ

1歳6カ月児健康診査

日時 8月27日(水)(時間は、対象となる家庭に通知します)
場所 しんた21
対象 平成14年1月生まれのお子さん
内容 診察、歯科検診、身体計測、栄養相談、歯科相談、育児相談、フツ素塗布の予約
持ち物 母子健康手帳、お子さんの歯ブラシ

3歳児健康診査

日時 8月28日(木)(時間は、対象となる家庭に通知します)
場所 しんた21
対象 平成12年7月生まれのお子さん
内容 診察、歯科検診、尿検査、身体計測、栄養相談、歯科相談、育児相談
持ち物 母子健康手帳

申し込み
問い合わせ

健康推進課
(しんた21内☎850100)