

保健のお知らせ

「お口の健康相談会」

お口の働きは「ものを食べる、話をする、息をする」以外にも、たくさんあります。お口の健康を保つことは、魅力的な笑顔やおいしく食べること、会話を楽しくするなど豊かな人生を送ることにつながります。

むし歯や歯周病、ものを食べることやお口のケアについて勉強し健康で長生きしていませんか。

開催日・内容(全4コース)
○7月10日(木)
歯科検診・歯科医師講話
「生涯の健康とお口の健康の関係について」
○7月17日(木)
あなたに合った歯みがき支援(個別相談)
○9月4日(木)
食べる、飲むこと講座
○10月2日(木)
歯科検診、個別相談

時間 午後1時～3時30分
場所 安達保健福祉センター

定員 30人

申込期限 6月27日(金)

◎問い合わせ・申し込み…

健康増進課保健係

☎(55)5110

第7回「歯つぴーかむかむ健康フェア2014」

6月4日～10日の「歯の健康週間」にちなみ、いろいろなコーナーで、歯、お口の健康について学び、体験していただけます。

日時 6月8日(日)

午前9時30分～午後2時

場所

安達保健福祉センター

入場料 無料

内容

- ・ 歯科医師相談コーナー
- ・ 「お口の中」確認コーナー
- ・ 歯科衛生士コーナー
- ・ 「フッ素」コーナー
- ・ 歯科技工士コーナー
- ・ 介護コーナー

お口の健康講話

午前11時～正午

◎問い合わせ…

ほんだ歯科クリニック

☎(23)88892

両親学級のご案内

おなかの赤ちゃんやお母さんの体調はいかがですか。

皆さんが安心して出産・育児ができるよう下記のとおり教室を開催します。お気軽にご参加ください。

会場 安達保健福祉センター

対象者 市内にお住まいの妊婦さんとパートナーの方

日時・内容

日時	内容	講師
6月22日(日)	9:00～	受付・マタニティ体験
	9:30～ 12:00	助産師のお話と交流会 ・お産のすずみかた ・色でイメージしながらのフリートーク
		助産師

託児 無料：事前に申し込みが必要です。

持ち物 母子健康手帳

※託児を希望される方は、オムツ、着替え、ミルクなどをお持ちください。

申込方法 6月19日(木)までに下記までお申し込みください。

参加者氏名、生年月日、住所、電話番号、出産予定日、託児希望の有無などをお知らせください。

◎問い合わせ・申し込み…健康増進課保健係 ☎(55)5110・Fax(23)1714

Eメール：hoken@city.nihonmatsu.lg.jp



観光ゴンドラ あだたらエクスプレス 満喫♪

毎日営業

営業時間 8時30分～16時30分

料金	大人		小人	
	片道	往復	片道	往復
	950円	1,650円	700円	1,250円

※天候状況により安全のため運休する場合があります。

二本松市奥岳温泉

★ 高原バーベキューランチ2～80名様

1人前料金 1,500円
(追加で焼きそば又はライス・みそ汁のオーダーが可能です。)

★ ゴンドラパック(ゴンドラ往復+高原バーベキューランチ)

1人前料金 大人2,500円 小人2,300円
(富士急レストハウス11時30分～14時30分前日正午までに要予約)

あだたら高原リゾート

あだたらイルミネーション

営業期間：5月17日(土)～6月8日(日)
営業時間：19時00分～21時00分

●料金●
往復
大人 1,200円
小人 700円



TEL:0243-24-2141
http://www.adatara-resort.com

市民しっとく(知っ得)講座を開催

運動・栄養・口腔などのスッキリ感を体験していただく健康講座を開催します。知って得する情報をお届けします。

日時および会場

○昼コース 13:15~15:30 会場 岩代保健センター

第1回6月30日(月)、第2回7月14日(月)、第3回7月28日(月)、第4回(※)

○夜コース 18:45~21:00 会場 安達保健福祉センター

第1回6月19日(木)、第2回7月3日(木)、第3回7月24日(木)、第4回(※)

※第4回は昼・夜コース合同で8月4日(月)開催 時間18:00~21:00 会場 安達保健福祉センター

内容

第1回 体スッキリ!~体を動かす爽快感を実感しよう~

第2回 食事のコツでお腹周りスッキリ!~からだが喜ぶ食事のコツ~

第3回 体スッキリ快適生活!~楽しく続けて体が変わることを実感~

第4回 気になる口臭・お口をスッキリ!~歯周病、放っておくとどうなる?~
歯科検診~自分のお口を知ろう~

定員 20人(先着順) 申込期限 6月13日(金)

詳しくは下記までお問い合わせください。

◎問い合わせ…健康増進課予防係 ☎(55)5109



働きざかりの健康講座

働きざかりの皆さんの健康づくりのために、健康講座を開催しています。

職場の従業員の方を対象に保健師、栄養士、歯科衛生士、理学療法士等が事業所に出向いて健康講座を開催します。

対象 県北地域の事業所 時間 30分~1時間程度

申込期間 平成27年2月27日まで

テーマ 健康づくりに関すること

内容

運動・食生活・メタボリックシンドローム予防・禁煙・歯周病予防・メンタルヘルスの講話、理学療法士による健康体操 など

※希望に応じて事業所喫煙所の環境測定、職場環境を整えるためのアドバイスや職員の方へ禁煙教室を開催します。

詳しくは下記までお問い合わせください。

◎問い合わせ・申し込み…

県北地域保健・職域保健連携推進連絡会(県北保健福祉事務所健康増進課内) ☎024(534)4161



みちのく舞踊・歌謡ショー

特別賛助出演：三条摩耶、香取幸江、山川大介、秀香(SHUKA)、福寿流 福寿舞踊会、奥山えいじ、仁和そう児

7月26日(土) 二本松市民会館 開場 12:00 開演 12:30

全席自由	前売券	当日券
	3,500円	4,000円

主催・お問い合わせ／福寿流福寿舞踊会(代表：佐藤作雄)090-2021-3278

サン企画090-8788-3839