

保健のお知らせ

**医療機関でも市の検診が受診できます**

市の検診を医療機関でも受診(個別検診)できますので、ご利用ください。

**受診期限**

12月末日まで

**医療機関等**

詳しくは、広報にほんまつ8月号19ページをご覧ください。

※期間終了間際は混雑が予想されますので、早めに受診してください。

◎問い合わせ…

■各種がん検診

健康増進課予防係

☎(55)5109

■特定健診

国保年金課国保年金係

☎(55)5106

■後期高齢者健康診査

国保年金課医療給付係

☎(55)5107

**女性検診(個別検診)は来年度2月まで**

医療機関で受診できる乳がん検診・子宮がん検診は、期

間終了間際になると混雑しますので、早めに受診してください。

**受診期限**

平成27年2月末日まで

**医療機関等**

詳しくは、広報にほんまつ8月号19ページをご覧ください。

◎問い合わせ…

健康増進課予防係

☎(55)5109

**耳と鼻とお口の健康教室**

めまい、耳鳴り、聞こえにくい、食事の味やにおいが分かりづらいなど、耳・鼻・口のちょっとしたトラブルをそのままにしておくと、さまざまな病気に発展していきます。耳・鼻・口の健康を考えてみませんか。

**対象** 市民の方どなたでも参加できます。

※1回のみ受講可

**申込方法**

下記まで事前に電話等でお申し込みください。

**その他**

検診結果通知書(受診した方)、健康手帳(ある方)をご持参ください。

**会場** 二本松保健センター

開催日	時間	内容
11日(木)	14:00~15:30	「子どものみみ・はなの話」 ばばクリニック 馬場陽子医師
16日(火)	13:15~15:00	「子どもの口から見えること」 歯科衛生士

※乳幼児の預かり保育をします。希望される方は、申込時にご相談ください。

**会場** 東和保健センター

開催日	時間	内容
18日(木)	14:00~15:30	「大人の耳・鼻の話」 ばばクリニック 馬場陽子医師
24日(水)	10:00~11:30	「口から見える体の変化」 歯科衛生士

◎問い合わせ・申し込み…

健康増進課予防係 ☎(55)5109

**●●● 両親学級のご案内 ●●●**

皆さんが安心して出産・育児ができるよう開催します。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

日程	内容	講師
14日(日)	9:00~9:30 受付 マタニティ体験	助産師
	9:30~12:00 助産師のお話と交流会 ・お産のすずみ方と生まれ たばかりの赤ちゃん ・母乳育児について	

**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。

**申込期限** 12月11日(木) (申し込みの際に参加者氏名、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



**JAみちのく安達**

お気軽にご相談ください

**マイカーローン・教育ローン復興金利取扱中**

お近くのJA各支店へ  
ご相談ください

**住宅ローン・リフォームローン・マイカーローン・教育ローン**

ローンのことならローンセンター(二本松支店となり)へ 日曜日午前9時~午後3時まで営業中

## 検診結果相談会【岩代・安達地域】

～これって大丈夫？あなたの心配にお答えします～

検診結果はいかがでしたか？検診結果を有効に活用していただけるよう、保健師による個別相談会を地域別に開催します。健康に関する日頃の悩みを相談したり、生活習慣の改善方法などを考えたりする機会としてお気軽にご参加ください。

### 【岩代地域】

開催日	受付時間	場 所
1日(月)	9:00～11:00	岩代保健センター
4日(木)	9:15～11:00	新殿住民センター
8日(月)	9:30～11:00	旭住民センター
15日(月)	9:00～10:30	道の駅さくらの郷

### 【安達地域】

開催日	受付時間	場 所
10日(水)	9:15～11:00	渋川住民センター
11日(木)	13:30～15:00	上川崎住民センター
15日(月)	9:00～11:00	安達保健福祉センター
17日(水)	9:00～11:00	安達保健福祉センター
19日(金)	9:15～11:00	下川崎住民センター

持参するもの ・ 結果通知書 ・ 健康手帳

その他 予約は不要です。上記の日程で都合が悪い場合は、各保健センターで結果の説明を随時受け付けていますので、電話でご連絡のうえお越しください。

## からだいきいき教室 【岩代・安達地域】



ご自身や家族の健康管理に役立てていただくため、医師や栄養士、運動指導士による健康教室(全3回)を各地域別に開催します。各種検診結果を踏まえご自身の健康維持に役立てたい方、生活習慣の改善方法などを考える機会としてお気軽にご参加ください。

### 【岩代地域】岩代保健センター

開催日	時 間	内 容
5日(金)	13:30～15:00 (受付13:15～)	かくれた塩分を知ろう - 高血圧予防のために - 講師：栄養士 ※試食あり
12日(金)	13:30～15:30 (受付13:15～)	血管の若さを保つ - 動脈硬化の予防 - 講師：岩代国保診療所 菅野和治氏
17日(水)	13:30～15:00 (受付13:15～)	有酸素運動で代謝力アップ - 痩せやすい身体づくり - 講師：運動指導士

### 【安達地域】安達保健福祉センター

開催日	時 間	内 容
16日(火)	19:00～21:00 (受付18:45～)	血管の若さを保つ - 動脈硬化の予防 - 講師：岩代国保診療所 菅野和治氏
22日(月)	19:00～20:30 (受付18:45～)	かくれた塩分を知ろう - 高血圧予防のために - 講師：栄養士 ※試食あり
1月8日(木)		有酸素運動で代謝力アップ - 痩せやすい身体づくり - 講師：運動指導士

申込方法 事前予約が必要です。3回コースですが、1回のみ受講も可能です。

◎問い合わせ…健康増進課予防係 ☎(55)5109

## あだたら高原スキー場 キッズパーク(スノーエスカレーター+ソリ) 乗り放題(お1人様800円)

### 12月13日(土) オープン

- 1,000mの初心者コースで 楽々遊ぼう！
- ボードパーク (ワンメーク・レール・ボックス)を常設



### お得なファミリーパック

大人またはシニアまたは中学生1名+小学生1名	土日祝5,200円 平日4,350円
大人またはシニアまたは中学生1名+小学生2名	土日祝6,700円 平日5,800円
大人またはシニアまたは中学生2名+小学生1名	土日祝8,800円 平日7,150円
大人またはシニアまたは中学生2名+小学生2名	土日祝10,300円 平日8,600円

二本松市奥岳温泉 あだたら高原スキー場 TEL0243-24-2141

<http://www.adatara-resort.com/>