

# 保健

## 介護予防サポーター 養成講座受講生募集

介護予防サポーターは、地域の健康づくりを推進するボランティアです。介護予防事業や各種サロンで協力してくれるボランティアを養成します。

**対象者** 養成講座受講後、ボランティア活動が可能な市民

**内容** 介護予防のための運動や健康生活を送るための運動やお手入れについて

### 日程

6月9日(木)、16日(木)、  
23日(木)

7月7日(木)、14日(木)、  
22日(金)の全6回

午後1時30分～4時まで  
**会場** 安達保健福祉センター  
**持ち物** 筆記用具、運動できる服装、飲み物、バスタオル

**募集締切** 6月7日(火)

◎問い合わせ・申し込み…

健康増進課予防係

☎(55)5109

岩代保健センター

☎(95)280200

## 二本松市健康マイレージ (ふくしま健民パスポート事業)

市民の健康づくりを目標として昨年度(平成28年2～3月)実施しましたが、今年度も県と連携協力して6月11日から開始します。

運動など皆さんでチャレンジしてみませんか。

### 対象者

6月11日時点で18歳以上の市民(高校生を除く)

### 概要

#### 台紙記入コース

6月10日から各保健センターや各支所で受け取ることができます。

スマートフォンアプリ(ふくしま健民アプリ)コース

6月からアップルストアまたはGoogle Playから無料ダウンロードが可能です。

※詳細については、各保健センターや各支所備え付けのチラシまたは市ウェブサイトをご覧ください。

### ◎問い合わせ…

健康増進課予防係

☎(55)5109

## 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・育児が出来るよう下記のとおり教室を開催します。

**会場** 安達保健福祉センター

**対象者** 市内にお住いの妊婦さんとパートナーの方

**日程・内容**

日程	内容	講師	
6/12 (日)	9:00～	受付・マタニティ体験	・助産師 ・アロマセラピスト
	9:30～ 12:00	・生まれたばかりの赤ちゃん と母乳についてのお話 ・アロママッサージ	

**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、アロマオイル代(500円/人)、バスタオル1枚 ※託児希望される方は、オムツ、着替えなどをお持ちください。

**申込方法** 6月8日(水)までに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、お子さんの氏名、生年月日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

## 第9回歯っぴーかむかむ 健康フェア2016

歯の健康週間にちなみ、歯、お口の健康について学び、体験していただけますのでぜひお越しください。

**日時** 6月5日(日)午前9時30分～午後2時

**会場** 安達保健福祉センター

**入場料** 無料

### 内容

- ・歯科医師コーナー  
「乾燥度測定・咬合力(かむ際の力)測定」
- ・歯科衛生士コーナー  
「正しい歯ブラシの選び方・使い方」
- ・歯科技工士コーナー  
「入れ歯ができるまで」 など

**お口の健康講話** 午前11時～12時

「健康と歯並び～矯正っていつ始めたらいいの?～」  
奥羽大学歯学部歯科矯正科教授 福井和徳 氏

◎問い合わせ…ほんだ歯科クリニック ☎(22)8862



／ 絶景の露天風呂 ／

## あだたら山 奥岳の湯

**営業時間** 10時～17時

**料金** 大人 600円

小人 400円

※大人(中学生以上)、小人4歳以上

二本松市奥岳温泉

あだたら高原スキー場

● TEL 0243-24-2141

● <http://www.adatara-resort.com>



## あだたら山ロープウェイ

4月23日(土)より運行開始

◆ 営業時間 8時30分～16時30分

◆ 料金

	大人	小人
片道	1,000円	750円
往復	1,700円	1,300円

