

## 健康福祉

### 健康増進課からのお知らせ

健康増進課 ☎(24) 5770

#### ● はっちの会開催

多胎児をもつ保護者、妊婦さんの集いの場として「はっちの会」を開催します。多胎児がいる保護者ならではの喜びや悩みを共有し、今後の育児に役立てませんか。

▼日時 7月2日(火)受付午前9時30分～10時、開催午前10時～11時30分

#### ▼会場 あづま保育園

▼対象 未就園の双胎・多胎児とその家族、および妊婦

▼申込 6月25日(火)までに健康増進課へ

※当日の運営ボランティアを募集しています。先輩ママで協力いただける方はご連絡ください

#### ● 乳幼児健康診査

7月に健診対象となるお子さんに通知をしています。都合が悪い場合はご連絡ください。

#### ● 歯周疾患検診

▼期間 6月1日～令和2年

2月29日(医療機関の休診日は除く)

▼対象 4月1日現在40歳、50歳、60歳、70歳の方

※対象者には5月に配布してある健診スタートブックに受診券が入っています

▼自己負担 800円(免除される場合あり)

▼申込 市内の協力医療機関に電話予約し、受診券と保険証を持って受診してください。

### アルコール家族教室

学習会とミーティングを行います。

▼日時・テーマ 7月11日(木)「アルコール依存症とは?」

8月8日(木)「本人と家族の心理」、9月12日(木)「治療と回復」、10月17日(木)「家族の回復」

各午後2時～4時(午後1時30分～受付)

▼会場 県安足健康福祉センター

▼費用 無料

▼申込・問合せ 同センター

健康支援課 ☎0284(4)5895

### もしも急病になったら

保険証をお持ちください。

● 休日・夜間緊急診療所 ☎(24) 3337

▼診療科目 内科・小児科・軽い外科※外科は休日のみ

▼診療時間 (休日) 午前9時～午後4時30分(正午～午後1時30分は除く)、(夜間) 午後7時30分～10時30分

#### ● 休日歯科診療所

☎(24) 7575  
▼診療時間 午前9時～正午(日曜、祝日のみ)

### けんこう体操講座を開催

いつまでも、健康でいきいきと生活を送るために「ハツラツ元気体操」を一緒に行ってみませんか。

▼日時 6月10日(月)午前10時～11時30分

▼会場 佐野市民病院5階研修室

▼費用 無料

▼申込 地域包括支援センター 佐野市民病院へ来所または電話 ☎(62) 8281

### とちまる健康ポイントのお知らせ

#### お知らせ

栃木県では、県民の健康づくりを応援するため、歩くとプレゼントをもらえるチャンスが毎月ある「とちまる健康ポイント」を開始しました。

参加方法は、お持ちのスマートフォンにアプリを入れて歩くだけです。県民のみなさまの積極的な参加をお待ちしております。

▼対象 18歳以上の県民、県内に通勤・通学の方

#### ▼参加の流れ

①スマートフォンに「FUN+WALKアプリ」をダウンロード

#### ロード

②歩いてためたポイントで応募用クーポンを入手

③クーポンを使ってプレゼント抽選に応募(チャンスは毎月)

※詳しくは「健康長寿とちぎWEB」(<http://www.kenko-chouju.tochigi.jp/>)でご確認ください

▼問合せ 県保健福祉部健康増進課健康長寿推進班 ☎028(623)3094

### かかりつけ医を

#### もみましょう

かかりつけ医は、健康について何でも相談でき、必要時は専門の医療機関を紹介してくれる身近にいて頼りになる存在です。

需要が多い救急医療機関の負担軽減にもつながりますので、日頃からかかりつけ医で受診しましょう。

▼問合せ 医療保険課 ☎(20) 3024



## 特定健康診査・健康診査・がん検診・歯周疾患検診が6月から始まります

■問合せ＝健康増進課 ☎(24)5770

該当者のかたへ、5月下旬に受診券・健診の案内を一冊にまとめた「健診スタートブック」を送付しました。健診スタートブックを活用し、健診を受けましょう！

### ◆衝撃の事実◆

佐野市の平均寿命が短いという結果がでて  
います。全国平均と比べてやや短命という残念な  
結果です。

平均寿命（2015年市区町村別生命表より）

(歳)

	佐野市	栃木県	全国
男性	79.2	80.1	80.8
女性	85.5	86.3	87.0

◎生活習慣病は、進行するまで自覚症状がほとんどありません。目に見えない体の中の状態を把握し、早期発見につなげるために、健診（検診）を受診し、健康づくりにいかしましょう！

健診結果には、何気なく繰り返していた生活習慣の結果が表れます。それを読み解くお手伝いを「健康サポートステーション」（出張健康相談）などで行っています。

### 健康サポートステーション 健康管理にお役立てください

健康サポートステーションとは…健康相談が、無料でできる場所です。保健師、栄養士、歯科衛生士などによる健康相談や血圧・体組成（体重、筋肉量など）の測定ができます。お気軽にお出かけください。

#### <6・7月のご案内>

8月以降も開催しています。詳しくは、健康増進課へお問い合わせください。

6月13日（木）	午前9時30分～午後0時30分	市役所1階市民活動スペース
6月27日（木）	午前9時30分～正午	田沼保健センター
7月24日（水）	午前9時30分～正午	葛生あくど保健センター
7月29日（月）	午前9時30分～午後0時30分	佐野市保健センター

予約不要です。健診結果のある方は、健診結果を持ってお越しください。また、体組成の測定をする際は、裸足で計測いたしますので、裸足になれるご準備をお願いします。

健診を受け、健康サポートステーションに参加し、健康の実を实らせましょう！



平成31年度入試  
大学等合格状況  
国公立 61名  
私立 518名

白鷗大学足利高校の新しい学びが始まります！

～コースを再編し、一人ひとりを輝かせる進学サポート体制を強化～

募集 コース

本校舎 富田キャンパス  
・文理進学コース・総合進学コース・特別進学コース・進学コース

PLUS ULTRA ～さらに前へ～

**白鷗大学足利高等学校**

これらのイベントは  
本校HPより  
お申込みください。

一日体験学習（中3生及び保護者対象）	県内	8月24日（土）
	県外	8月25日（日）
学校説明会・見学会（中3生及び保護者対象）	本校舎	9月28日（土）
	富田キャンパス	9月29日（日）
オープンキャンパス（中3生及び保護者対象）	富田キャンパス	①10月5日（土） ②10月26日（土）

〒326-0054 栃木県足利市伊勢南町3-2  
TEL 0284 (41) 0890 FAX 0284 (42) 3335

http://hakuoh-h.jp  
nyushi-h@hakuoh.ed.jp  
制作 総合進学コース

