

令和7年

町の保健だより

7月

連絡先:子ども健康課 健康推進係

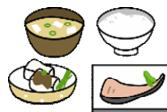
<シリーズ>からだとこころ健康づくり学習会（第1弾） (食生活改善推進員養成講座併催) 「食事でバランスをとるのは難しい！？」



今年度、食生活改善推進員養成講座との併催で「健康づくり学習会」を月1回程度実施します。
参加者には「健康づくりお楽しみ抽選券」をプレゼント！！

★ 実施日：7月31日（木）

★ 内容：午後1時30分～2時 お話「自分にとってのバランス食を知ろう」
午後2時～3時30分 調理実習「野菜を使ったさっぱり料理」



★ 場所：鶴遊館 栄養指導室・調理室

★ 対象：町民の方は、どなたでも参加できます！ ※先着20名まで

★ 持ち物：筆記用具、エプロン、三角巾（バンダナ）、持ち帰り用容器

★ 参加費：200円（当日集金）

★ 申込み：7月18日（金）までに健康推進係へ

※試食はせず、作った分はお持ち帰りいただきます。



集団健診のお知らせ

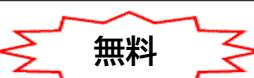


鶴遊館で受けられるよ！

今年度対象で、まだ申し込んでいない方、申し込みを忘れていた方は、今からでも間に合います。
申込書に「受けない」と記入して提出された方も変更可能です。ぜひご連絡ください。

★婦人健診：子宮頸がん検診、乳がん検診

期間：6/29（日）～7/1（火）
7/23（水）～7/26（土）
の計7日間

★健（検）診料： 無料

★総合健診：特定健診、胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診、肝炎ウイルス検診※1、ピロリ菌検査※2

期間：夏期8/18（月）～8/22（金）、8/25（月）～8/29（金）
8/31（日）、9/1（月）～9/5（金）の計16日間
冬期11/30（日）、12/1（月）～12/2（火）の計3日間

※1・2は、特定健診や各種がん検診（胃・大腸・肺）のいずれかを受ける特定の年齢の方が対象です。

※令和7年度から国の指針に基づき、卵巣がん検診と前立腺がん検診は実施しないこととなりました。
ご理解の程よろしくお願いします。



「傾聴サロン」で

ほっこり、すっきりしませんか

鶴田町傾聴ボランティア養成講座修了生による
「つるりんの会」が、あなたのお話をじっくりと
聴きます。

お話をした内容の秘密は厳守します。安心してお
越しください。

★日時：7月7日（月）午後1時30分～3時

★場所：鶴遊館 栄養指導室



からだ すっきり！ さっぱり！

健康運動教室

予約不要！
参加費無料！

★開催日：7月3日（木）、7月17日（木）

★時間：午後1時30分～2時30分

★場所：鶴遊館 ふれあい広場

★対象者：町民の方なら、どなたでも参加できます！

★持ち物：水またはお茶、汗拭きタオル、

ポイントカード（初回にお渡しします）

◎保育スペースをご用意します。

→利用希望の方は2日前までに健康推進係へご連絡ください。

