

平成29年

5月

町の保健だより

健康保険課 健康長寿班
連絡先（内線 131～133）

【平成29年度 集団健診申込書は届きましたか】

健診の対象者がいる世帯に、4月20日以降に保健協力員を通して、「平成29年度 鶴田町 集団健診申込書」をお配りしています。（申込締切：5月8日(月)）

＜婦人健診＞ 子宮頸がん・卵巣がん検診、乳がん検診

●7月2日～7月4日、7月19日～7月22日・・・計7日間

＜総合健診＞ 特定健診、胃がん検診、大腸がん検診、

肺がん・結核検診、前立腺がん検診

●8月18日～9月12日・・・20日間

●12月3日～12月4日・・・2日間

計22日間

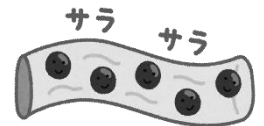


※詳しくは、申込書と同時配布の「平成29年度集団健診のお知らせ」をご覧ください。

☆「特定健診」は、血管を守るための健診で、自分の体の中で今何が起きているのか、血管の変化を知ることができます。

また「がん検診」は、年に一度受けることで安心できます。

健診を受診して、体からの“声”に耳を傾けましょう！



【「傾聴サロン」に来てみませんか】

気持ちが沈んでいるときなど、誰かに話を聞いてもらいたいことはありませんか？ 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。お話した内容の秘密は厳守します。安心しておいでください。

・日時：5月1日(月)・15日(月) 午後1時～3時

・場所：鶴遊館 栄養指導室



【健康運動教室】毎月 月・木曜日開催 ※申し込み不要

・開催日：5月1日(月)・8日(月)・18日(木)・22日(月)・25日(木)

・場 所：鶴遊館

・時 間：午前10時～11時

※運動できる服装でおいでください。お茶、お水、タオルなどをお持ちください。



「傾聴から始まるカウンセリング基礎講座」のお知らせ **

日頃から人の話を聴く技術を身に付けたいと感じている方、相談活動に従事している方は、この機会にぜひ受講してみませんか。

●受講対象 ①あおもりのちの電話の相談ボランティアになることを希望する方で、20歳以上の方（職業、学歴は問いません。年齢の上限はありません）

②相談活動、福祉や医療などの援助活動に関わっている方、または目指している方

③傾聴に基づいたカウンセリングを学びたい方

●日時 平成29年5月20日～7月8日 毎週土曜日 午後2時～4時

●会場 弘前市社会福祉センター

●受講料 1講座 1,000円

●申込締切 平成29年5月12日(金)

お問い合わせ先 NPO 法人あおもりのちの電話

TEL：0172 (38) 4343

FAX：0172 (38) 5355