



☆「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25日以降に保健協力員を通して「集団健診申込書」をお配りしています。（申込期限：5月7日(火)）

〈婦人健診〉 子宮頸がん・卵巣がん検診、乳がん検診

- ・6月30日(日)～7月2日(火)
- ・7月17日(水)～20日(土)

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、肝炎ウイルス検診

※前立腺がん検診は希望者のみ当日申し込み

- ・8月18日(日)～9月9日(月)
- ・12月1日(日)、2日(月)

計25日間

※詳しくは、申込書と同時配布の「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す。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」も、自覚症状のないうちに定期的に受けることが大切です。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」のお知らせ♪

～コーヒーやお茶を飲みながら
ゆったり一休みしませんか～

誰かに話を聞いてもらいたいとき、また誰かと話をして
すっきりしたいときなどありませんか？

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。安心してお越しください。

○日 時：5月20日(月) 午後1時～3時

○場 所：鶴遊館 栄養指導室



からだ すっきり! さっぱり!

健康運動教室のお知らせ

○開催日：5月13日(月)、16日(木)
20日(月)、23日(木)
27日(月)、30日(木)

○場 所：鶴遊館（申し込み不要）

○時 間：午前10時～11時

*お茶、お水、タオルなどをお持ちください。

*運動できる服装でおいでください。



「自殺を未然に防ぐ寄り添い方を学ぶ」傾聴講座のお知らせ

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。

○日 時：5月25日(土)～7月20日(土) 毎週土曜日 午後2時～4時

○会 場：ヒロロ3階 健康ホール

○受 講 料：1講座 1,000円

○申込期限：5月18日(土)

※全8回の講座です。相談員を希望される方は8回のうち原則5回以上の受講が必要です。
公開講座形式で、興味のある講座のみ受講することもできます。また当日参加も可能です。

お問い合わせ・申込先：あおもりのちの電話事務局（月～金 午後1時～5時）

TEL：0172（38）4343

FAX：0172（38）5355

