

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・132・133）

■平成23年度集団健診の申込みについて

対象者のいる世帯に、保健協力員を通して「集団健診申込書」を配付しています。
申し込み締切は、5月9日（月）です。
今年の集団健診は、婦人健診が6月20日（月）から7日間、総合健診が8月19日（金）から19日間の予定で実施します。
詳しくは、申込書と同時配付の「健診のお知らせ」をご覧ください。

人間の体はとても我慢強くできています。そのため、身体からのSOSサイン（病気の症状）はなかなか現れません。特定健診には「大切な血管が痛んでいないかな?」「生活習慣は大丈夫かな?」がん検診には「小さながんの芽をより早く見つけて治してしまおう」という「体を守る目的と使命」があります。ご家族でぜひ健診のことを話題にして、みなさん一緒にお申し込みください。

■乳幼児をもつママのための料理教室

- ・日 時 5月19日（木） 午前9時30分～午後12時30分
- ・場 所 鶴遊館 調理室
- ・メニュー ピロシキ、スープ、お楽しみデザート
- ・参加費 200円
- ・持ってくるもの 三角巾、エプロン、手ふきタオル、おんぶひも
- ・申し込み締切 5月16日（月）先着20名まで

健康保険課 健康長寿班 保健師まで

※保育室あり。利用希望者は、子どもさんのお名前と年齢をお知らせください。



■インフルエンザがまた流行っています

3月末から、幼児や小学生の間で、インフルエンザがまた流行っています。昨年の秋から冬に予防接種をした人も、その効果が下がってきているため、インフルエンザに感染することがあります。外出後は手洗い（石けんをつけて）とうがいをする、咳やくしゃみをする時は必ずティッシュやハンカチで口と鼻を覆う、人混みなどはマスクをかけるなど予防対策をしましょう。



【広報つるた有料広告】



— 地域と共に歩む —

りんごの仕入れと販売の情報は

(株)津軽りんご市場

代表取締役社長 大中 忠 取締役副社長 石戸谷 繁 取締役営業部長 進藤 政光

〒038-3684 青森県北津軽郡板柳町大字三千石字二瀬21-3
TEL 0172(72)1211 FAX 0172(72)1229



春一番 クリーニング情報

- 当店では、持ち込み・前金の方 2割引
プラス+鶴田スタンプを3倍差し上げます！
- ・お急ぎの方 朝出して一夕方お渡し OK！
(AM10:00) (PM5:00)
 - ・全品手仕上げでいいいな仕上がり
 - ・日曜日営業中



クリーニング さわだ
駅前通り TEL 22-2360