

自分の健康状態、把握してますか？

①～④問 健康推進課 ☎63-3300 ⑤問 保険医療課 ☎56-0618 ⑥問 保険医療課 ☎56-0617

①子宮検診・乳腺検診

HPを見る 記事ID 1101

子宮頸がんは20代から30代にかけて増加傾向にあり、乳がんは40代後半で最も多く発症します。検診を受診することは予防と早期発見への第一歩です。2年に1度は検診を受診しましょう。市内委託医療機関が新たに増え、まみレディースクリニックでも受診可能になりました。

②歯周病検診

HPを見る 記事ID 1180

歯周病は、歯垢や歯石が原因で、歯肉が痩せ、歯が動いたり抜けたりする生活習慣病で、歯を失う原因の8割を占めます。「痛くなったから歯医者に行く」のではなく、半年に1度は歯科検診を受けましょう。

③がん検診 ④39歳以下健康診査

⑤特定健康診査

HPを見る

⑥後期高齢者医療健康診査

記事ID 7147

生活習慣を改善するため、また病気の早期発見のために、市の健診・検診等を定期的に受診し、自らの健康状態の確認に役立ててください。健診は自分を見つめ直す絶好のチャンスです。既に受診券が届いている人は、日時をご確認ください。今からの申込みも可能です。

詳細はP27の保健ガイドをご覧ください。

8月みんなの掲示板

申 9月号への掲載は、8月5日(月)までに申請書を提出してください。

問 情報課 ☎ 56-0601

*各お問い合わせ先への営業目的等でのお問い合わせはご遠慮ください。

市内で行う催し等をご紹介!詳しくは各団体までお問い合わせください。記事ID 3963 HPを見る

もう一度弓道を!

以前弓道教室に通った、学生の頃引いていた、少し弓を引いたことがある等。過去にやったことがある方、もう一度やってみませんか?

時 9月14日(土)、10月12日(土)
10:00~12:00

場 長久手古戦場公園弓道場

内 的に向かって弓を引いてみましょう。

道具はお貸します。 対 10名

申 当日までに電話で

問 090-6094-2989 柳原

おもちゃ病院

子どもさんのおもちゃを修理します。修理代は無料ですが、補修用資材の実費はいただきます。

時 8月11日(日) 14:00~16:00

場 ボランティアセンター

¥ 修理代は無料。補修用資材は実費。

申 090-1722-1761 永野

産後のママの骨盤調整ヨガ

産後2ヶ月から、赤ちゃんと一緒に参加できます。(ご兄弟も同行OK)

時 8月9、23、30日(金) 13:30~14:15

場 中央図書館2階AVルーム

対 先着順15名

内 長く続ける方が多い、参加しやすいクラスです。赤ちゃん幸せなひと時を!

¥ 全3回/1,800円

申 090-8339-6092 問 SAWA

夏休み親子・孫で楽しむ藍染め体験

涼しい藍色と柄を楽しみませんか。夏休みの自由研究にもなります。おひとりでも参加できますよ。

時 8月7日(水) 10:00~12:00
13:00~15:00

場 福祉の家工房1

対 各回先着10人

¥ 300円~2,000円(材料費実費のみ)

布の持ち込みの場合10g100円

申 電話で申込 問 090-8155-0066 坂下

猫の譲渡会

保護ねこ達の里親さん募集中

時 8月11日・9月29日(日) 13:30
受付15:00まで

場 ひまわりネットワークショップ長久手店

対 猫と暮らしたい方 内 保護猫の里親さん

探しおよび猫に関する相談受付

他 当日の猫のお引き渡しは致しません。

譲渡条件があります。

申 090-7436-0847 ねこ救部 山中

たっちぐうと遊ぼう♪絵本と音楽♪かんたんモバイル作るよ!

ベビー・キッズ&ママでふれあい遊び。絵本と音楽がいっぱい!ワークショップ付!ワンコインで参加できます。

時 8月22日(木) 10:00~11:30

場 長久手文化の家美術室

対 親子15組 ¥ 500円 申 WEBかTEL

問 ネット)https://touchguu.jimdofree.com/event/

電話)080-1566-1213

成人男女料理教室

体の調子を整える和食

時 9月11日(水) 9:30~13:00 場 保健センター3F調理室

対 定員20名 内 鯖缶とごぼうの炊き込みご飯、舞茸のあんかけ茶碗蒸し、豚のロース肉おろしソース 他2品 ¥ 500円

持 エプロン、布巾、三角巾 申 8月31日までに電話かSMSで申込。先着順。

問 090-1277-1710 食生活改善推進委員会 坂東

親子あそびの会 は・じ・ま・る・よ!

家庭保育室スマイル☆キッズの運動会。一緒に楽しみませんか?体をたっぷり動かしてたくさんのお友達と遊びましょう

時 9月14日(土) 10:00~11:30 場 文化の家 音楽室

対 1才位~小学低学年位までの親子 内 親子ふれあい遊び・ゲーム・製作

申 電話にて申し込み 問 0561-62-8123

やればできる!苦手克服!!鉄棒教室!

ポイントをつかんで練習しよう!逆上がりのコツ教えます!

時 8月29日 10:00~11:00(小学1年~3年)

13:00~14:00(年少~年長) 場 杖ヶ池体育館 柔剣道場

対 各10名 内 逆上がりのコツと練習方法を分かりやすく教えます。

¥ 500円(場所代として) 申 HP・電話

問 smile1113.com 090-6768-1666 担当:青山

染色教室

型染めの体験教室を開催します

時 8月23日(金) 10:00~12:00 場 文化の家 美術室

対 10名 内 彫型紙と糊を使用して麻のテーブルセンターを染めます

¥ 1,500円(布、材料費) 申 電話・Eメール

問 090-3564-6342 水谷 mizutanisaesan@gmail.com