

健康診査結果説明会

成人保健班

「健診結果が悪くなっているけれど大丈夫？」
「普段の生活でどんなことに気を付ければいいのか？」
「健診結果について個別で相談したい」
という人は、利用してください。

日時・場所

会場		実施日
すこやかセンター	午前	7/4 (月)、8/1 (月)、 8/29 (月)、10/21 (金)
北部コミュニティセンター	午前・午後	7/15 (金)

時 間 午前① 9:30～、② 10:00～、③ 10:30～、
④ 11:00～、⑤ 11:30～
午後⑥ 13:30～、⑦ 14:00～、⑧ 14:30～、
⑨ 15:00～、⑩ 15:30～

持ち物 健診結果、健康手帳（お持ちの人）

申込み 電話、窓口にて要予約



順天堂大学による体力測定会のお知らせ

成人保健班

「片足で立ったまま靴下を履くことができない」
「よく家の中でつまづいたり滑ったりする」など
運動不足の人、体力に不安のある人は、必見です！
順天堂大学の協力により体力測定会を実施します。

対 象 市内在住で 40 歳以上のロコモティブシンドローム予防や
筋力トレーニングに興味・関心のある人

日 時 ① 8月 26 日 (金)
10:00～12:00、13:00～16:00
(1人 30分程度)
② 12月 22 日 (木)
10:00～12:00、13:00～16:00
(1人 30分程度)

※①②の両日参加できる人が対象です。

場 所 すこやかセンター 2階

定 員 先着 50 人程度 (完全予約制)

内 容 問診・体組成測定・握力
歩行速度・立ち上がりテスト

申込み 8月 19 日 (金) までに電話にて申込み



夏休み親子クッキング教室
参加者募集！

母子保健班

子どもの時から食に関心を持ち、作る楽しさを知ってもらうため、
毎年恒例のクッキング教室を開催します。
お子さんと協力しながら一緒に料理を作ってみませんか？

日 時 ① 7月 29 日 (金)
9:30～13:00 (予定)
② 8月 26 日 (金)
9:30～13:00 (予定)

場 所 すこやかセンター

対 象 年長児～小学生の子どもと保護者
※必ず保護者の人も一緒にご参加ください。

定 員 各回先着 10 組
※託児はありません。
※参加者には、改めて詳細について通知します。

参加費 1人 500 円

内 容 調理実習、試食
※両日とも同じメニューです。
①②どちらかを選んでお申込みください。

申込み 電話

富里市地区保健推進員活動記②

「こんにちは、地区保健推進員です！
～私たちは地区の健康づくりをサポートしています～」

【第一小地区】

第一小地区では、様々なテーマで各地区において健康講座を
開催しています。健康づくりに関する情報の発信なども実施し
ています。また、1歳児訪問として、1歳のお誕生日を迎える
お子さんのお宅に歯ブラシやパンフレットを届ける活動を行い、
身近な立場での地域の子育て支援をしています。



篠原真由美 (中沢)、丹さく子 (南平台)、大城延子 (南七栄)、
並木菜苗 (新橋)、進藤文 (新中沢)、相川美雪 (中沢)、
橘幸代 (南平台) <敬称略>