

生活衛生
これからの時期は気温が上昇します。肉や魚などの生鮮食品や冷凍食品など、冷蔵・冷凍の温度管理が必須な食品の購入は買物の最後にし、持ち帰ったらずに冷蔵庫や冷凍庫に保管しましょう。特に、冷凍食品は一度解凍すると傷みやすくなりますのでご注意ください。

保健所内・生活衛生課
冷凍食品などの温度管理にご注意を



高齢者と介護
市立総合病院の健康教室
市立総合病院 (☎ 241515)
とき 5月18日14時 テーマ 偏頭痛と筋緊張性頭痛

マタニティクッキング
保健所内・健康づくり課
とき 5月20日 ところ 中央公民館
材料代 三百円 定員 30人
申し込み 同課

5月は敬老パスと福祉パスの切り替え月です

対象：現在パスを持っている人
手続き：印鑑と使用中のパス券（福祉パスの人は身体障害者手帳、療育手帳または精神保健福祉手帳）を持って、本人が手続きしてください。

原則として代理受領はできません。
場所：本庁管内は市役所1階ロビー
支所・行政センター管内は各支所・各行政センター

で指定日に手続きができない人は：
5月19日までは、各支所・行政センターで受付
敬老パス 5月23～25日は市役所1階ロビー、26日以降は保健所内・健康づくり課で受付
福祉パス 5月23日以降は市役所障害福祉課で随時受付

Table with columns: 指定日, 町名. Lists dates and locations for passport exchange.

お尋ね：敬老パス = 健康づくり課
福祉パス = 障害福祉課

行政センター・支所管内 (すべて5月中)

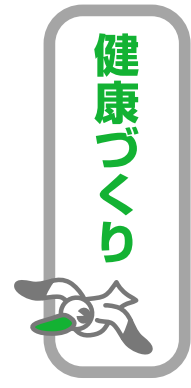
Table with columns: 指定日, 早岐, 日宇, 大野, 相浦, 中里皆瀬. Lists dates and locations for administrative centers and branches.

Table with columns: 指定日, 宮, 三川内, 江上, 柚木, 黒島. Lists dates and locations for administrative centers and branches.

吉井・世知原行政センター = 5月12～17日 (指定日なし)
針尾支所管内 = 5月12～13日 (指定日なし)



点字と漢字講習会
点字図書館 (☎ 249407)
とき 5月19日 毎月第2日曜日 15時
ところ 県北振興局天満庁舎 (旧県北会館)
対象 視覚障害のある人、点訳奉仕を希望する人
受講料 無料
申し込み 点字図書館 (火・土曜、祝日は休み)



介護予防教室にご参加ください
最寄りの在宅介護支援センター、市役所長寿社会課
とき 7月9日 (週2回) 10～12時
ところ 東部保健福祉センター (大塔町)
内容 主に運動器具を使用した筋力トレーニング
対象 介護保険で要支援、要介護1に認定された人 (施設入所者は除く)
定員 12人
参加料 無料
申し込み 長寿社会課 送迎なし

在宅で介護している家族に慰労金を差し上げます
市役所長寿社会課

健康相談 (要予約)
保健所内・健康づくり課
とき 5月31日、6月7日
時間は13時30分～15時30分
内容 生活習慣病の予防や禁煙に関する相談

保健所での骨粗しょう症検診
保健所内・健康づくり課
とき 6月17日
対象 20～70歳の女性
申し込み 5月31日までに健康づくり課に (予約制)
4月から対象が70歳までに広がりました。

満40、50、60、70歳の節目検診
保健所内・健康づくり課

敬老パスを発行しています
保健所内・健康づくり課
対象 75歳以上の市民で、パスを持っていない人
手続き 健康づくり課、各支所、各行政センターで

男性シルバー料理教室
保健所内・健康づくり課
とき 6月3日、10日、17日
中央公民館
6月28日、7月5日、12日
相浦文化センター
時間は10時から
材料代 1回二百円
定員 30人
申し込み 同課

春のポリオ接種日程
保健所内・健康づくり課
対象 生後3カ月～7歳6カ月に達するまでのお子さん
とき (5月中)
ところ 10日 三川内地区公民館、11日 花高体育室、12日 南地区公民館、13日 黒島診療所、16日 九十九地区公民館、17日 浅子町公民館、18日 柚木地区公民館、19日 市民会館、20日 旧吉井町保健センター、23日 針尾地区公民館、24日 中里皆瀬地区公民館、25日 東部市民センター、26日 中部地区公民館、27日 相浦文化センター、30日 市民会館
受付時間 13時～14時30分 (黒島診療所は14時～15時30分、浅子町公民館は13時30分～14時)
昭和50～52年生まれの方は追加接種あり (要予約)
5月9日以前の日程は本紙4月号をご覧ください。

年に1回は歯科健診を受けましょう
とき、ところ 毎週火曜日8時30分～10時30分、保健所
敬老パスを発行しています
保健所内・健康づくり課
対象 75歳以上の市民で、パスを持っていない人
手続き 健康づくり課、各支所、各行政センターで
デンタルフェスティバル
保健所内・健康づくり課
とき 6月5日10～14時
ところ 島瀬公園
内容 歯の相談コーナー、小・中学生の図画ポスター展の入賞者表彰式 (13時) など
5月31日は世界保健機関 (WHO) が定める「世界禁煙デー」です
保健所内・健康づくり課
当日の15時から島瀬児童公園付近でキャンペーンを行います。
【たばこの禁煙教室も開催】
とき 5月19日、26日10時～11時30分
ところ 健康づくり課
申し込み 同課
同課では、禁煙に関する相談を随時受け付けています。
B型・C型肝炎ウイルス検査
保健所内・健康づくり課
【検査】対象 平成4年以前に輸血