

9月は健康増進普及月間です!

各種健康講座の参加者募集

保健センターでは、9月の健康増進普及月間に、次のような健康講座を開催します。
皆さんが行っている健康づくりの参考として、ぜひご参加ください。
ご希望の方は、各開催日の1週間前までに、保健センターへお申し込みください。

講座名	日時	内容・講師	対象者・定員
健康講演会 今の自分の体を見つめ、生活習慣を振り返って10年後の生き生き元気な自分を想像していませんか。	医師講話 10月9日(木) 13:30~15:00	テーマ:『知って生かして特定健診』 講師:陶生堂医院 院長 山口浩一医師	市民一般 定員:50人
	栄養講話 10月16日(木) 13:30~15:00	テーマ:『メタボ予防は食事が決め手! ~賢く選んでおいしく食べよう~』 講師:市保健センター管理栄養士	市民一般 定員:30人
	運動実技 10月22日(水) 13:30~15:00	テーマ:『メタボ撃退! 今日からはじめる運動習慣』 講師:健康運動指導士 宮田佳子先生 体操のできる服装でお越しください。	市民一般 定員:20人
歯周病予防教室 (全2回) 自分に合った予防方法を見つけ、歯肉の状態を改善してみましょう。	9月8日(月) または 9月10日(水) いずれか1日 10月9日(木) 、ともに 13:30~15:30	▷ 歯科医師による健診・講話 ▷ 口腔内写真撮影 ▷ 唾液の潜血反応検査 ▷ 歯みがき指導 など 講師:鵜飼歯科医院 院長 鵜飼秀策歯科医師	30歳以上の方 定員:15人 2日間とも参加できる方
骨づくり教室 (全2回) 骨粗しょう症についての正しい知識を学び、「骨美人」を目指しませんか。	9月3日(水) 13:30~15:30 9月11日(木) ・医師の講話 13:30~14:50 ・栄養の講話 15:00~15:40	骨密度検査 = 踵骨の超音波測定 医師の講話・栄養の講話 ・医師の講話 テーマ:『骨粗しょう症についての基礎知識・日常生活の注意』 講師:山村医院 山村武一医師 ・栄養の講話 テーマ:『カルシウムの上手な摂り方』	30~64歳までの女性 定員:40人 2日間とも参加できる方

会場:保健センター

詳しくは、保健センター(☎55 2010)へどうぞ。

530123へどうぞ。
詳しくは、消防本部☎

- ▽指揮者||稲垣 潤
- ▽1番員||周防雅彦
- ▽2番員||山田耕右
- ▽3番員||鵜飼豪人
- ▽吸管補助員||永井秀顕

出場した選手は、次の皆さんです。
(敬称略)

今大会は、小型ポンプ操法の競技で、標的へ向かって的確に注水するまでの速さや、動作・操作の正確性を競いました。

「消防感謝祭」第57回岐阜県消防操法大会が、8月3日(日)に、加茂郡富加町で開催され、本市からは、泉分団が出場しました。

