

健康福祉

健康増進課からのお知らせ

●健康増進課 ☎(24)5770

●虫歯になりにくくするフッ素塗布 ▼日時 6月5日(日) 午後1時〜3時

▼会場 休日歯科診療所

▼対象 満2歳〜小学生

▼費用 300円

▼申込 5月25日(水)までに、佐野歯科医師会会員の医院へ

●乳幼児健康診査

6月に健診対象となるお子さんに通知しています。都合が悪い際はご連絡ください。

6月1日〜7日は「HI-V検査普及週間」です

安足健康福祉センターでは『性感感染症夜間検査』を実施しています。

▼日時 6月7日(火)午後4時〜7時(要予約)

※(定期検査)毎週火曜日午後1時〜2時(要予約)

※匿名で受けられます。検査は無料です

■問合せ 同センター ☎0284(41)5895

後期高齢者の歯科健診

肺炎などの疾病につながる口腔機能の低下を予防しましょう。詳細は、受診券をご確認ください。

▼実施期間 6月1日〜平成29年2月28日

▼対象 昭和15年4月1日〜16年3月31日生まれの方(前年度に75歳になった方)

※該当の方には受診券を郵送します

▼費用 無料(治療費は有料)

■問合せ いきいき高齢課 ☎(20)3021

もしも急病になったら

保険証を必ずお持ちください。

●休日・夜間緊急診療所 ☎(24)3337

▼診療時間 休日午前9時〜午後4時30分(正午〜午後1時30分は除く)、夜間午後7時30分〜10時30分

●休日歯科診療所 ☎(24)7575

▼診療時間 午前9時〜正午(日曜・祝日のみ)

平成28年度の特定健康診査・がん検診・歯周疾患検診は、6月から始まります

受診券などを一冊の健診スタートブックにまとめ、各世帯主あてにご家族全員分を5月下旬頃発送します。後期高齢者医療保険に加入されている方には、後期高齢者健康診査受診券をいきいき高齢課から5月下旬頃発送します。

▶申込 6月1日(水)以降、下記の方法でお申し込みください。

○集団方式を希望の方…電話または、ファックスで年間を通して受け付けします。

電話 ☎(24)5770 ☎(24)5811	平日午前8時30分〜午後5時15分 (土・日曜日祝日、年末年始は休み) ※6月4日(土)、5日(日)のみ、上記時間帯での電話予約を受け付けます。
ファックス Fax(24)5701	24時間受け付け可(土・日曜日、祝日、年末年始も可) ※健診スタートブック内のFAX申込票をご利用ください ※はやおき健診は、電話予約のみ受け付けます

○医療機関方式を希望の方…健診案内の医療機関一覧表を参考に、直接医療機関にお申込みください。詳しくは、健診スタートブックと、同封の健診案内をよくお読みください。

■問合せ=○健診・受診券等について 健康増進課 ☎(24)5770

○後期高齢者健康診査受診券について いきいき高齢課 ☎(20)3021

介護付きだから安心 入居者募集

ハーモネートハウス佐野

- 介護・医療、24時間対応
- リハビリテーション
- 充実した個別設備

☎0120-086-620
詳しくはHPをご覧ください <http://halp.co.jp>

ハーモネートデイサービス佐野

四季を感じながらの自然な“屋外リハビリ”

1日 無料体験実施中

お出かけリハビリ

グランドゴルフ ガーデニング

Harmonate House ☎0283-27-0388
栃木県佐野市堀米町1270-17 詳しくはHPをご覧ください <http://halp.co.jp>



食育の推進を図る地産地消メニュー「じゃがいもクッキー」

佐野市生活研究グループ協議会では佐野市食育推進会議と連携して、地域農産物の利用拡大を通じた食育の推進を図るため、地産地消メニューを考案しました。佐野市内で採れた野菜を使った子ども向けメニュー「じゃがいもクッキー」です。ぜひ親子でクッキングを楽しんでください。

▶材料（40枚分）

じゃがいも…200g、バター100g、塩…少々、砂糖…80g、卵…1個、小麦粉…300g、いり黒ゴマ…大さじ2

▶作り方

- ①じゃがいもはゆでてから皮をむいてつぶし、マッシュポテトにする
- ②バターを泡だて器でやわらかく練り、塩を加えて、砂糖、卵、マッシュポテトの順によく混ぜる
- ③ふるった小麦粉と黒ゴマを加え、ゴムベラでよく混ぜて生地を作る。直径3cmの棒状にまとめ、1cm幅に切り、手のひらで直径5cmに平たく伸ばす
- ④クッキングシートを敷いた天板の上に並べ、180℃に温めたオーブンで15～20分ほど、カリカリになるまで焼く

■問合せ＝農政課 ☎(20)3043 毎月19日は「食育の日」です



じゃがいもクッキー

介護予防教室の参加者を募集します！

健康維持・認知症予防・転倒骨折予防を目的とした介護予防教室を開催します。

お申し込みは、原則1人1教室とさせていただきます。

▶対象＝市内にお住まいのおおむね65歳以上の方 ▶会場＝各教室指定会場

▶申込＝いきいき高齢課 ☎(20)3021

	教室名	日程など	会場	講師
①	元気アップ教室	6月1日(水)、全18回 午前10時～11時30分	いきいき元気館 たぬま	上岡晴雄さん (オアシスカみおか)
②	のびのびストレッチ教室	6月2日(木)、全18回 午後2時～3時30分	葛生地区公民館	(株)日本水泳振興会栃木営業所
③	脳いきいきアート教室	6月6日(月)、全3回 午前10時～11時30分	いきいき元気館 たぬま	小橋操さん
④	楽楽健康体操教室	6月7日(火)、全18回 午後2時～3時30分	城北地区公民館	丸山利子さん
⑤	楽笑元気塾	6月14日(火)、全18回 午後1時30分～3時	常盤地区公民館	川上厚子さん
⑥	健康健口教室	6月15日(水)、全18回 午後1時30分～3時	植野地区公民館	中村美智子さん・林幸子さん
⑦	いきいき元気教室	6月22日(水)、全18回 午後1時30分～3時	旗川地区公民館	(株)カネス (SGCスポーツプラザ)
⑧	はつらつ運動教室	6月23日(木)、全18回 午後1時30分～3時	界地区公民館	NPO法人 めだかの里
⑨	腹式呼吸で免疫力アップ体操	7月4日(月)、全18回 午前10時～11時30分	赤見地区公民館	武馬由美さん
⑩	接骨・整骨院が行う運動教室	7月5日(火)、全18回 午後1時～2時30分	いきいき元気館 たぬま	栃木県柔道整復師会
⑪	認知症予防教室 「物忘れ知らず教室」	7月8日(金)、全5回 午後1時～2時30分	いきいき元気館 たぬま	NPO法人 風の詩

※③脳いきいきアート教室は参加費1000円（3回分画材代）が別にかかります。

また、別の地区公民館で、秋にも教室を開催する予定です。

※⑩物忘れ知らず教室は、同じ会場、同じ内容で10月にも教室を開催する予定です。

