

健康福祉

健康増進課からのお知らせ

■申込・問合せ 健康増進課
☎(24) 5770

乳幼児健康診査

12月に健診対象となるお子さんに通知をしています。日程の都合が悪い場合はご相談ください。

●虫歯になりにくくするフッ素塗布 ▼日時 12月3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 11月25日(土)までに、佐野歯科医師会会員の歯科医院へ

こころの健康講座

※事前にお申込みください
▼日時 12月15日(金)・19日(火) 午前10時～11時30分
▼会場 勤労者会館
▼演題・講師 「悩む人のこころ模様」人はなぜ悩むの？自尊心を高める方法」・福田あかりさん(臨床心理士)

ゲートキーパー講習会

ゲートキーパーとは、悩みを抱えた人に気づき、支援す

る人のことです。身近な人の支えになるためのコツを学びませんか。※事前にお申し込みください

▼日時 ①11月28日(火)午後2時～3時、②12月1日(金)午後2時～3時30分
▼会場 勤労者会館

▼演題・講師 ①「ストレスと心の健康」・山家邦章さん(佐野厚生総合病院医師)

②「悩んでいる人を支える相談の受け方」・海老原順子さん(産業カウンセラー)

もしも急病になったら

保険証やお薬手帳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)

安足地区のこころの健康講座

▼日時 12月5日(火)午後1時

30分～4時 ▼会場 道の駅どまんなかたぬま

▼内容・講師 ①講話「ひきこもりと『心の病』」・山田知弥さん(栃木県精神保健福祉センター精神科医)、②体験発表・精神障害当事者の会「仲間

間の輪」、③佐野市におけるひきこもり支援の現状・津布久久枝さん(障がい福祉課職員) ▼定員 先着100人(無料)

■申込 11月22日(水)までに、安足健康福祉センター健康支援課 ☎0284(41)5895

ノロウイルス食中毒予防推進期間

11月1日～3月31日は栃木県ノロウイルス食中毒予防推進期間です。

食品を取り扱う場合には、次の点に注意しましょう。
・石けんでこまめに手を洗う。
・下痢や嘔吐などの症状がある場合は、食品を直接取り扱わない。

・食品は中心部まで十分に加熱する。(85～90℃、90秒以上)
・調理器具は洗剤などでよく洗い、熱湯や次亜塩素酸ナトリウムで消毒する。

※消毒用アルコールは、ノロウイルスには効果がありません

■問合せ 安足健康福祉センター生活衛生課
☎0284(41)5897

目指せ!

ウォーキング達人講座

ウォーキングを通じ、体を動かすことの気持ちよさ、楽しさを体験してみませんか。

▼日時 11月25日、12月2日の土曜日、午前9時30分～11時30分

▼会場 運動公園市民体育館
▼定員 各日先着30人(無料)
■申込 11月10日(金)までに、医療保険課 ☎(20) 3024 健康増進課 ☎(24) 5770

いのちの電話相談員(第34期生)養成講座

受講者募集説明会を行います。
▼日時 12月16日(土)・17日(日)午後2時
▼会場 市民活動センターここねっと

▼対象 23歳以上の方
■申込 足利いのちの電話事務局 ☎0284(44)2200 (土・日曜日、祝日除く、午後2時～6時)

介護付き高齢者向け賃貸住宅
ハーモネートハウス佐野

- 医療介護24時間対応
- 専門スタッフの個別リハビリ
- 充実の個室設備

☎0120-086-620

外出支援強化型デイサービス
ハーモネートデイサービス佐野

- 屋外リハビリテーション
- 認知症予防プログラム
- 個別浴槽でのんびりお風呂

TEL.0283-27-0388



健康サポートさの養成講座を開催します

■申込＝健康増進課 ☎(24)5770

●「健康サポートさの」をご存じですか？

「健康サポートさの」は、地域において健康づくりを実践しているボランティア団体です。市内10支部では、生活習慣病予防の料理教室や体操教室など、さまざまな教室を自主的に企画し実施しています。

●会員を募集しています

会員の養成講座を開催しますので、ぜひご参加ください。一緒に食事や運動について学びましょう。

| 開催日 | 時間 | 会場 | 内容など |
|-----------|---------------|-----------|------------------------------------|
| 11月22日(水) | 午前10時～11時30分 | 佐野市保健センター | ・地区組織活動 ・生活習慣病予防のポイント |
| 12月11日(月) | 午前10時～正午 | 城北地区公民館 | ・食事バランスガイドの話 ・(調理実習) バランスのとれた食事 |
| 12月15日(金) | 午前10時～11時30分 | 佐野市勤労者会館 | ・こころの健康づくり(前編) |
| 12月19日(火) | 午前10時～11時30分 | | ・こころの健康づくり(後編) |
| 12月21日(木) | 午前10時～正午 | 城北地区公民館 | ・食品衛生などの話 ・(調理実習) バランスのとれた食事 |
| 12月26日(火) | 午後1時30分～3時30分 | | ・運動習慣の重要性について ・有酸素運動など |

▶定員＝先着20人(無料)

12月1日は「世界エイズデー」です。この機会に検査を受けてみませんか。検査は

検査
性感染症(HIV・梅毒・
性器クラミジア・淋菌)



■申込＝地域包括支援センター ☎(62)8281

▼日時＝11月13日(月)午前10時～11時30分

●在宅ケア支援説明会
介護を支えるしくみや地域づくりを学びませんか。

■申込＝地域医療連携室 ☎(62)9024

▼日時＝12月1日(金)午後4時～5時
▼講師＝大川智彦さん(当院予防医療センター長)

●歴史から見た乳がん
乳がんの歴史はがん治療の礎となった

▼会場＝佐野市民病院A棟5階研修室 ※無料

佐野市民病院 市民講座

●夜間検査
▼日時＝12月4日(月)午後5時～7時(要予約)

●定期検査
▼日時＝毎週火曜日、午後1時～2時(要予約)

●健康対策課 ☎0284(41)5895

■申込＝安足健康福祉センター(足利市)

●夜間検査
▼日時＝12月4日(月)午後5時～7時(要予約)

●定期検査
▼日時＝毎週火曜日、午後1時～2時(要予約)

●健康対策課 ☎0284(41)5895

■申込＝安足健康福祉センター(足利市)

●夜間検査
▼日時＝12月4日(月)午後5時～7時(要予約)

●定期検査
▼日時＝毎週火曜日、午後1時～2時(要予約)

●健康対策課 ☎0284(41)5895

■申込＝安足健康福祉センター(足利市)

原則無料で、匿名で受けられます。▼会場＝安足健康福祉センター(足利市)

白鷗大学足利高校の新しい学びが始まります

コースを再編し
一人ひとりを輝かせる
進学サポート体制を強化!

白鷗大学足利高等学校

平成30年度募集コース

本校舎
文理進学コース
総合進学コース
富田キャンパス
特別進学コース
進学コース

第1回入学試験
学業特待生入試
特別進学コース入試
1/5 (金) 運動部・文化部特待生入試
1月5日(金)・6日(土)
単願推薦入試

第2回入学試験
一般入試
1/27 (土) 学特ランクアップ入試

〒326-0054 栃木県足利市伊勢南町3-2
TEL 0284 (41) 0890 FAX 0284 (42) 3335
http://hakuoh-h.jp nyushi@hakuoh.ed.jp

