

竜崎温泉温水プール指導日
(5月21日～6月20日)

実施日	
5月	24日(火)、25日(水)、26日(木)、27日(金)、31日(火)
6月	1日(水)、2日(木)、3日(金)、7日(火)、8日(水)、9日(木)、10日(金)、14日(火)、15日(水)、16日(木)、17日(金)

※ 65歳以上の方の介護予防や健康づくりを目的とした水中運動の指導を行っています。
指導時間は午前10時～午後3時30分です。
実施日等は事情により変更することがあります。

◆問い合わせ

介護保険課 地域包括支援センター
☎0820(73)5506

平成28年熊本地震災害
義援金箱の設置について

このたびの熊本地震災害により被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げます。周防大島町では、被災された方々の支援を目的として義援金箱を設置しています。

お寄せいただいた義援金は、日本赤十字社の義援金受付口座に寄附し、被災された方々にお届けします。

皆さまのご理解とご協力をお願いします。

■義援金箱設置場所

- 役場各庁舎(久賀・大島・東和・橘の各総合支所、日良居庁舎、たちばなケアプラザ) および各出張所
- 久賀総合センター、大島文化センター、東和総合センター、橘総合センター
- 周防大島町総合体育館
- グリーンステイながうら、陸奥記念館

■問い合わせ 総務課 ☎0820(74)1000



受けよう健診がん検診

青葉の美しい季節となりました。皆様お元気でしょうか。

私たち健康づくり班は新しい体制となり、気持ち新たに新年度事業に取り組んでいます。いつまでもいきいきと元気に過ごすための土台となるのが「健康」です。皆さんが健康に過ごせるよう健康づくり事業を行うためにも、まずは私自身が健康であること、自分自身の健康管理が大事だと日々感じています。

皆さん、健診を受けていますか。元気な時は面倒に感じてしまいがちですが、健診は病気の早期発見とともに、自分自身の身体を知り、生活習慣を振り返る良い機会です。毎年受けることで、体の経年的な変化もわかります。また日々の生活習慣の積み重ねが健診結果や数値にも表れてきます。しかし、せっかく自分の健康のため

周防大島町保健師
地田 幸代
(健康増進課健康づくり班)

に受けた健診が、受けたままになっていませんか。健診結果により、必要な医療を受けたり、日々の生活習慣を改善し、病気の予防をしていくことがより大切な健康づくりにつながります。今月から、各種がん検診が始まります。年齢ごとに受けられる検診がわかるように示したご案内を今月号広報と一緒に各戸配布しています。ご自分の受けることのできる検診を確認し、1年に1回は受診し、自分自身の健康管理に活かしていただけたらと思います。

何かご不明な点やご相談等ありましたら健康増進課健康づくり班までお問い合わせください。

■問い合わせ

健康増進課健康づくり班
☎0820(73)5504