

5/7子宮がん検診を 受けましょう！

子宮癌とは、癌のできる場所によって頸癌と体癌の2種類があります。頸癌は子宮の入口である「子宮頸部」にできる癌、体癌は子宮の奥のほうにある「子宮体部」にできる癌のことをいいます。子宮癌は早期に発見し、治療すれば治すことのできる癌と言われています。自覚症状がなくても定期的に検診を受けて、早期に発見することが大切です。

- 日時 5月7日(月)
- 場所 七ヶ宿町活性化センター
- 対象者 20歳以上の女性
- 内容 問診、視診、超音波検査または内診、膣鏡診、細胞診
- 検診料 無料

事前に受診票を送付しますので、問診事項を記入し当日ご持参ください。事前の申し込みをしなかった方も、当日受診が可能ですので、ご連絡ください。(担当 岩間・太田)

今月から「貯健手帳」を 使ってみましょう

1. 手帳をつけるタイミング
気づき：毎日の健康チェックで、自分の体の変化に気づくことができる。
2. 保健センターへいらしてください
手帳の利用方法や、内容の確認などを一緒に応援します。
3. 電話相談や訪問にも対応できます
が不自由で行きたくても行けない方、電話で気軽に相談したい方など。遠慮なくご連絡ください。

学び：季節や対象に合わせて、健康コラムやストレッチ法を掲載。

やる気：他の力をかりながら自分に必要な健康づくりを実践。貯健手帳にポイントが貯まります。

一緒に応援します。

センターには、喫茶コーナーがあり、自由にお茶やコーヒーを飲みながらくつろげるスペースがあります。

個室もありますので、安心してお話できる環境を整えています。

- 時間 8時30分～5時15分
- 場所 診療所向かい
- 職員 保健師2名、介護支援専門員1名、介護福祉士1名、栄養士1名

(担当 岩間・太田)

お知らせ

■健康相談
お子さんからお年寄りまでの健康相談、栄養相談に保健師、栄養士が対応いたします。

- 日時 5月18日(金)
- 申込み 事前に予約が必要です。保健センターまでご連絡ください。
- このころの相談
専門医によるカウンセリング等を行っています。本格的な精神疾患から、ちょっとしたストレスまで幅広く対応しています。
- 日時 5月11日(金) 6月1日(金)
- 申込み 事前に予約が必要です。保健センターまでご連絡ください。
- げんき塾(運動教室)
爽やかな春の日差しのもと、運動教室に参加してみませんか。ストレッチや町内ウォーキングを行います。
- 日時 5月18日(金) 午後1時30分より
- 場所 保健センター
- その他 予約は不要です。当日は貯健手帳をご持参ください

平成24年度 公民館年間行事のお知らせ

公民館では、みなさんが輝いた自分になるために、健康と学習に関することや学習を通しての生き甲斐づくり、仲間づくりの機会を提供する講座やイベント等を開催しています。今年度もさまざまな事業を企画しており、1年間の主な行事を紹介します。
※今回紹介する行事は、内容や日程が変更になる場合があります。

事業名	日程	対象
わんぱく探検スクール		
泥遊び!	5月19日(土)	小学生全学年
通学合宿	7月1日(日)～5日(木)	小学3年生～6年生
川で遊ぼう!	8月2日(木)	小学4年生～6年生
自然で遊ぼう!	8月10日(金)	小学生全学年
陶芸教室	10月6日(土)	小学生全学年、保護者
クリスマス会(子ども会共催)	12月15日(土)	小学生全学年
雪合戦大会(子ども会共催)	2月10日(日)	小学生全学年
親子映画鑑賞会	8月20日(月)	親子
人形劇を楽しむ会	6月19日(火) 11月2日(金)	保育所、保護者 保育所、小学生低学年、保護者
子育て支援講座	随時	子を持つ親とその子ども
こけしの絵付け・わら細工教室	9月頃	七中1年生
七ヶ宿の歴史探訪	9月下旬	関小6年生
第64回成人式	8月15日(水)	H4.4.2～H5.4.1生まれの人
女性講座	随時	女性
成人講座	随時	町民
地区ぐるみ講座	随時	町民
婦人一日研修会	6月28日(木)	女性
芸術・文化鑑賞事業	随時	町民
豊齢者大学		
第1回 開講式	5月29日(火)	高齢者
第2回 お散歩会	7月3日(火)	高齢者
第3回 体験講座	10月2日(火)	高齢者
第4回 新年会	1月22日(火)	高齢者
第5回 閉講式	2月28日(火)	高齢者
青少年劇場小公演	9月5日(水)	町内小中学校
学校音楽祭	11月1日(火)	町内小中高校

お問い合わせ 公民館 ☎37-2195