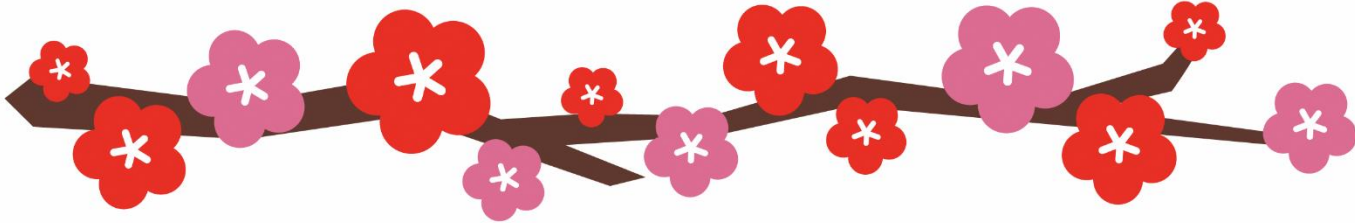









3月号健康カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					<p>★元気！はつらつ教室 (3地区合同) 場所：町民交流センター 時間：10：00～ ◎さわやか教室 場所：保健福祉センター 時間：13：30～</p>	
3	4	5	6	7	8	9
			<p>●2歳児相談 場所：保健福祉センター 受付：10：00～ ●5歳児健診 場所：保健福祉センター 受付：14：00～</p>	<p>★元気！はつらつ教室 場所：館地域振興センター 時間：10：00～ 場所：保健福祉センター 時間：13：30～</p>	<p>★元気！はつらつ教室 場所：鶉地区研修センター 時間：10：00～</p>	
10	11	12	13	14	15	16
				<p>●健康相談（清水） ★元気！はつらつ教室 場所：館地域振興センター 時間：10：00～ 場所：保健福祉センター 時間：13：30～</p>	<p>★元気！はつらつ教室 場所：鶉地区研修センター 時間：10：00～ ◎さわやか教室 場所：保健福祉センター 時間：13：30～</p>	
17	18	19	20	21	22	23
			<p>●健康相談 (南館町・城丘)</p>	<p>春分の日</p> 		
24/31	25	26	27	28	29	30
		<p>●健康相談（鶉）</p>		<p>★元気！はつらつ教室 場所：館地域振興センター 時間：10：00～ 場所：保健福祉センター 時間：13：30～</p>	<p>★元気！はつらつ教室 場所：鶉地区研修センター 時間：10：00～ ◎さわやか教室 場所：保健福祉センター 時間：13：30～</p>	



のおもな予定



頭部検診のおしらせ

厚沢部町では、毎年頭部検診を実施しています。この検診では、脳そのものや血管の状態等を確認できます。脳の病気は生活に大きく影響することがある一方で、早期に治療すれば後遺症もなく過ごすことも出来ます。

ぜひこの機会にご自分の脳の状態を知り、予防の第一歩として活用いただければと思います。

《日程》平成31年2月25日（月）
～平成31年3月30日（土）

《場所》江差脳神外科クリニック

《対象者》20歳～74歳の方

※次の方は対象になりません！①脳神経外科に通院している方

②過去に頭部検診で、A-2、B、Cの方

《検査内容》頭部MRA検査、頸部MRA検査

《料金》6,000円

《ご予約方法》保健福祉課健康増進係までお願いします。

☎64-3319

※詳しい内容は、平成31年1月18日配布の全戸チラシで配布しておりますので、ご確認ください。

各地区の健康相談			
日時	地区	会場	時間
14日 (木)	清水	清水ふれあいセンター	14:30~15:30
20日 (水)	南館町・城丘	南館・城丘ふれあいセンター	10:30~11:30
26日 (火)	鶉	鶉ふれあいセンター	11:00~12:00



健康相談では、各地区の集会所に保健師・栄養士が伺い、血圧・血糖値・尿検査・体重・体脂肪測定を行い、健康に関する相談を行っています。
お気軽におこしください。

今年度から開始した頸部MRA検査で、既に3名が経過観察・精密検査となり、治療を始めた方もいます。
「自分は大丈夫」などと思わず、この機会に頭部検診を受診してみませんか？

