

すこやか

「すこやか生活」たかはぎFMで放送中!

毎月第2・4火曜日AM11:00～12:00

今月のテーマは「食中毒」です。



高萩市民の39歳以下の方! 年に一度は健康診査を受けましょう!

対象者	19歳～39歳(平成30年3月31日現在)	料金	1,000円
健診内容	生活習慣病問診 身体測定 腹囲測定 BMI測定 血圧測定 肝機能検査 ヘモグロビンA1c 中性脂肪 HDLコレステロール及びLDLコレステロール量の測定 尿中の糖及び蛋白検査		
健診日程	7月、8月、9月に実施予定です。詳細日程は、健康づくり年間予定表(市のホームページにも掲載)をご欄いただくか、健康づくり課までお問い合わせください。		

オレンジカフェ・ほのぼの開催

認知症の方、そのご家族、地域の皆様、お茶を飲みながら楽しい時間を過ごしませんか? 簡単な体操や、認知症や介護の相談受付もします。

日時	場所
①7/28(金)	グループホーム ひたちの森高萩
②9/22(金)	特別養護老人ホーム 高萩聖孝園
③11/24(金)	JA常陸

※全て14:00～15:30開催・参加費無料・申込み不要

■問合せ 高齢福祉課 ☎22-0080

介護サポーター登録者募集

介護サポーター活動をして、自身の介護予防と地域での助け合いをしませんか? 活動を行うごとにポイントがたまり、1年間上限5,000円を現金で交付または高萩市社会福祉協議会へ寄付をすることができます。

対象者 高萩市内にお住いの65歳以上の方

登録方法 高齢福祉課の窓口にて登録用紙に記入。

登録決定後、「介護サポーター手帳」をお渡しします。

活動場所 支援を必要としている高齢者のお宅または市が指定している介護施設等

活動内容 家のゴミ出しや掃除、施設ではレクリエーションの補助、話し相手等、無理のない範囲でのボランティア活動です。

■問合せ 高齢福祉課 ☎22-0080

ひきこもり者をもつ家族等へ 講演会 「ひきこもるには意味がある。理解のズレは、対応のズレ。」 ～合言葉は、「い・わ・し」～

ひきこもりに関する理解を深め、関わり方などについて学んでみませんか。

日時 7月27日(木)
14:00～15:30(受付:13:30～)

場所 日立保健所大会議室

講師 NPO法人すだち 理事長 須田 彰 氏

対象者 ひきこもり者をもつ家族や支援従事者

申込期限
7月21日(金)まで

■申込み・問合せ

茨城県日立保健所 保健指導課

☎0294-22-4196 (受付8:30～17:15)

《個別相談会をご希望の方へ》

講演会終了後、支援機関による「合同相談会」(事前予約制)を行います。
相談機関: NPO法人すだち・NPO法人アストリンクなど

7月の行事

会場: 高萩市総合福祉センター 予約先: 健康づくり課 ☎24-2121
※会場については、変更になる場合があります。

行事内容	実施日	時間	対象者
3歳児健診	7月5日(水)	12:30～16:00(受付12:30～13:30)	平成26年5月・6月生まれの幼児
パパママレッスン「1回目」	7月7日(金)	18:30～20:30	平成29年8月～11月出産予定の初妊婦と夫(*予約制)
こころの相談(精神科医の相談)	7月12日(水)	13:00～14:30	市内在住の希望者(*予約制)
健康相談	7月14日(金)	8:45～11:00	市内在住の希望者
パパママレッスン「2回目」	7月14日(金)	18:30～20:30	平成29年8月～11月出産予定の初妊婦と夫(*予約制)
2歳児歯科健診	7月19日(水)	12:30～16:00(受付12:30～13:30)	平成27年5月・6月生まれの幼児
健康・歯科相談	7月24日(月)	8:45～11:00	市内在住の希望者(*予約制)
赤ちゃん教室	7月26日(水)	10:00～12:00(受付9:45～10:15)	1歳までのお子さんがいる保護者
1歳6か月児健診	8月2日(水)	12:30～16:00(受付12:30～13:30)	平成28年1月・2月生まれの幼児

※ 幼児健診については個人通知しますので、日程・会場等ご確認ください。