

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「健康マイレージ」です。



平成29年度の健康マイレージの応募は3月末までです

ぜひ、この機会に健診や市のイベント等に参加し、豪華賞品(健康関連物品、日用品等)の抽選に応募しましょう! 健康マイレージ対象の健診・イベントについては、市報やイベントのチラシをご確認ください。健康マイレージの目印は、右のマークです。



～「健康マイレージ」は、市民の皆さんが健康づくりに取り組むきっかけづくりと、地域イベント等に参加・交流することで心も身体も健康になることを目的に実施しています～

- ◆対象者 高萩市民(参加期間および抽選日に高萩市に住所を有する方)
- ◆実施期間 平成29年11月1日～平成30年3月31日
※この期間中に行われた市主催・共催等の事業が対象となります。

◆参加方法

- ①健康マイレージカードを入手。

【主な配付場所】

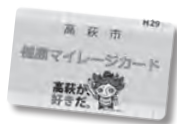
市役所、市の各施設(総合福祉センター、中央公民館、松岡地区公民館等)、マイレージ認定事業実施会場

- ②健康マイレージ対象の健診やイベントに参加してスタンプをゲット。(1つのスタンプで1ポイント分)

- ◇市の健診、職場の健診、人間ドック等受けると2ポイント

※健診の結果を健康づくり課窓口を持参してスタンプをもらいます。

- ◇その他の認定事業(市が主催・共催する講演会、教室、イベント等)に参加すると1ポイント



- ③3ポイント貯まったら、抽選に応募。

- ◇応募先：市役所総合受付

又は総合福祉センター内健康づくり課

受付時間：平日8:30～17:15

- ◇1口3ポイントで1人2口(6ポイント)まで応募できます。

- ◇氏名等を記入の上、カードを提出して応募してください。

- ◇応募の際、カードと引き換えに参加賞をプレゼントいたします。

- ④当選者の抽選・発表

当選発表：平成30年4月

- ◇応募者の中から、抽選で賞品をプレゼント。

(当選者には、はがきでお知らせします)

- ◇賞品は、健康関連物品や生活に役立つ物などをご用意しています。

■問合せ 健康づくり課(総合福祉センター内)

☎24-2121

その悩み、医療の専門スタッフに

電話相談してみませんか?



こんな症状の時は何科にかかれば良いの?
子どもが全然泣き止まないのは何か病気?
病院を受診するか様子を見るのでしょうか?
介護のこと話さただけで気が楽になるかも?

たかはぎ健康・子育て安心ダイヤル

☎0120-193-624 (フリーダイヤル)

※番号は毎月市報の「すこやか」のページの上部に掲載しています。
通話料・相談料無料ですので、ひとりで悩まずご相談ください。

「たかはぎ健康・子育て安心ダイヤル」は、高萩市民の皆さんの健康・育児・医療・介護・急なけが・病気の相談に、医療の専門スタッフが、24時間365日いつでも無料で応じるサービスです。

2月・3月の行事

会場：高萩市総合福祉センター

予約：健康づくり課(総合福祉センター内) ☎24-2121

行事内容	実施日	時間	対象者
歯周病検診	2月8日(木)	10:00～15:00	20歳代～80歳代の人、妊婦、65歳の人(*予約制)
健康相談	2月9日(金)	8:45～11:00	市内在住の希望者
こころの相談 (精神保健相談員等の相談)	2月16日(金)	9:30～12:00	市内在住の希望者(*予約制)
歯周病検診	2月23日(金)	10:00～15:00	20歳代～80歳代の人、妊婦の人、65歳の人(*予約制)
健康・歯科相談	2月26日(月)	8:45～11:00	市内在住の希望者(*歯科相談のみ予約制)
赤ちゃん教室	2月28日(水)	10:00～12:00(受付9:45～10:15)	1歳までのお子様と保護者
3歳児健診	3月7日(水)	12:30～16:00(受付12:30～13:30)	平成27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。