



おこやが

■問合せ 健康づくり課 ☎24-2121



大腸がん検診 容器配布



検診を希望する人は、問診票をお持ちの上、検査容器をお受け取りください。

配布期間	8/31(月)まで 平日9:00～17:00 【土曜配布】6/6(土)のみ 9:00～12:00
場 所	健康づくり課窓口(総合福祉センター内)
料 金	600円
対 象	40歳以上の市民 (R9.3月末の年齢)
検診内容	便潜血検査2日法(便をとる検査)
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> ● 容器の回収日は、配布時にお知らせします。 ● 問診票がある人：容器を受け取る時に問診票をお持ちください。 ● 問診票がない人：容器を配布する時に問診票をお渡しします。

県北医療センター 高萩協同病院 市民公開講座

・「口腔粘膜疾患について ～いわゆる口内炎から口腔^{がん}癌まで～」

【講師】県北医療センター高萩協同病院
歯科口腔外科部長 野地 秀彦 氏

・「年齢と共に減るもの」

【講師】県北医療センター高萩協同病院
整形外科部長 河村 春生 氏

▶日時 6/20(土) 13:00～15:00 【受付】12:30～

▶場所 総合福祉センター1階 多目的ホール

▶料金 無料(申込不要)

■問合せ 県北医療センター高萩協同病院 ☎23-1122

6月の健康カレンダー

会場：総合福祉センター
予約：健康づくり課 ☎24-2121

行事内容	実施日	時間	対象
胃がん集団検診	6(土)・8(月) 18(木)・25(木)	7:00～9:30	40歳以上の市民 (*予約制)
こころの相談 (精神保健相談員等の相談)	26(金)	9:30～12:00	市民 (*予約制)

ほうかつだより♪

介護まると相談所
地域包括支援センター
 (高齢福祉課内)

参加者募集中!

らくらく水中ウォーキング

足腰への負担が少ない水中で、ウォーキングや体操などを行ってみませんか。

楽しく体を動かす
 ことができました!

参加すると
 元気がでます!



6月～8月開始の3つのコースがあり、
 各コースは全8回の教室です。*無料
 詳しくは、ホームページをご覧ください。



■ 問合せ 高齢福祉課 ☎ 22-0080

健康推進アプリ

元気アップ! りいばらき



生活習慣の改善や運動習慣を定着させるため、
 スマートフォンでの健康づくりを始めませんか。

下記の機能を利用して、楽しみながら
 健康を維持しましょう。



アプリでできる健康活動

- 歩数が自動計測され、目標歩数の達成状況がわかる。
- 毎日の血圧・体重の記録管理ができる。
- 毎年の健診や各種がん検診の受診状況を記録できる。
- 高萩市健康マイレージ対象イベント、アプリ内案内イベント参加でポイントをためて、県の特典に応募



■ 問合せ 健康づくり課 ☎ 24-2121

健康コラム

当院では、患者さんやそのご家族からの疾病に関する医学的な質問や生活上・入院上の不安など、様々な相談をお伺いする窓口として、「患者サポートセンター」を設置しています。

センターでは、病気によって生じる様々な社会的・心理的・経済的な不安や悩みについて相談をお受けしています。

また、専任の看護師や社会福祉士などの職員

患者サポートセンターについて

が、地域の医療機関や介護・福祉施設と連携し、入院中や退院後も不安なく生活が送れるように、患者さんのサポートを行っています。安心して治療を受け、できるだけ早い社会復帰が可能となるように、問題解決に向けた支援をしています。

来院の際には、お気軽にお問い合わせください。

県北医療センター高萩協同病院 医事課長 おおつ たかし 大津 喬

この有料広告の収入で、まちづくり団体に助成しています。

2021年11月に開園した保育園です



床暖完備

★お問合せ先(受付時間 8:00~17:00)

0293-44-6701

穂積・神永までお気軽に連絡ください



企業主導型保育園
あど中郷ナーサリー

