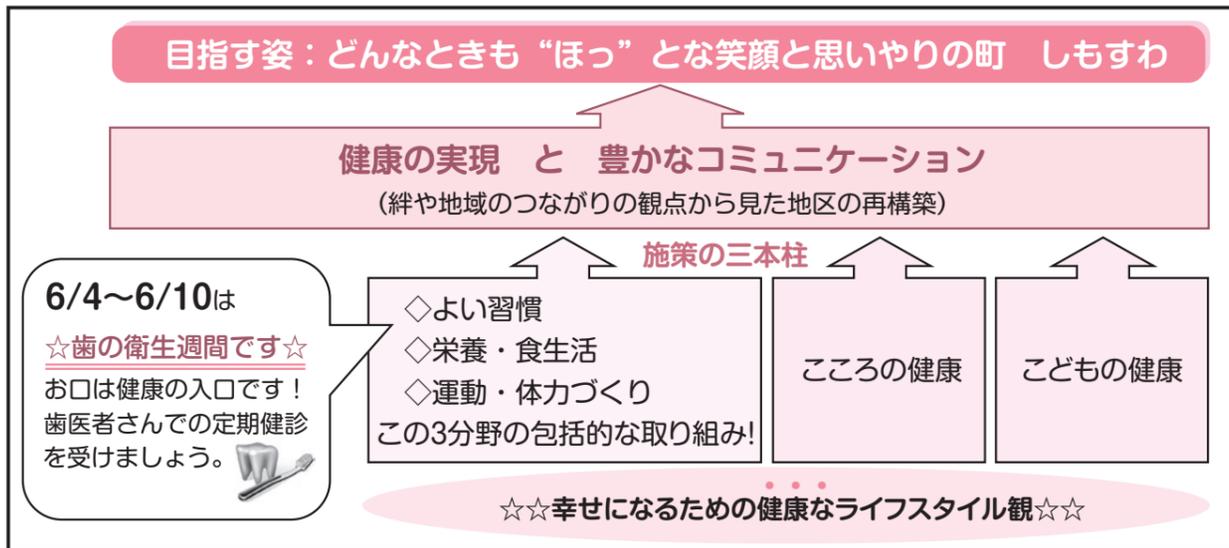


～これからの健康づくり運動の体系図を紹介します～

下諏訪町健康づくり計画は平成23年度に中間評価を行い、健康づくりのビジョンを明確化しました。
 “健康なライフスタイル観”を確立し、健康の実現と豊かなコミュニケーションで“思いやりの町”を目指しましょう！



下諏訪町保健センター健康づくり教室 **げんきアップ☆料理教室**のお知らせ

長年、らくらくクッキングとして開催してきた保健センターの健康づくり教室がリニューアルします。
 “ワンディッシュ レクチャー”で ～より速く・より簡単に・より楽しく～住民のみなさんの健康づくりを応援します。

講師紹介
 やまびこスケートの森
藤森 陽子 先生
 管理栄養士と健康運動指導士の資格を持つ、元気アップのスペシャリスト☆

回	候補日	時間・場所	教室の時間割・各回のテーマ	持ち物
1	6月19日(火)	<時間> 午後7時～午後8時30分	<時間割> ワンポイント健康講座(30分) 調理のレクチャー&実習(30分) 試食・片付け(30分)	筆記用具 エプロン 手ふき 三角巾(大判のハンカチでもOK)
2	7月13日(金)	<場所> 町保健センター 2階	<健康講座のテーマ> 1回目：太りにくい食事に変えよう 2回目：血圧を下げる方法あれこれ	

- 対象者：町内在住の成人
- ・日頃、料理をしない方もお気軽にお申込みください。
- ・男性の参加も大歓迎です！
- ・育MEN、育じいにもおすすめですよ！

※申込が必要です！

- 定員：30人
- 参加費：1回500円(1回のみ、2回目のみの参加も可能です)
- 申し込み方法：6月15日までに保健センターへお申込みください。

ワンディッシュ レクチャーとは？

みんなで実習する料理はおすすめのワンディッシュ(ひと皿)のみです！
 “特別なお皿”にご飯や汁ものなど、数品を組み合わせるバランスの良い献立を試食するスタイルの料理教室です☆

■お申し込み・お問い合わせ先： 下諏訪町保健センター 電話27-8384(直通)

2月以降に転入された方へ

平成24年度 下諏訪町のがん検診等について

下諏訪町在住の20歳以上の女性、40歳以上の男性の方は、町で実施するがん検診等の対象となります。
 3月5日(金)で申込期間を終了していますが、検診実施時期に間に合うものについては受けていただくことができます。受診を希望する場合は保健センターへご連絡ください。検診の概要は下記のとおりです。詳細については保健センターへお問い合わせください。

検診項目	対象者	検診時期	一部負担額
後期高齢者健診	75歳以上の方	6～7月	無料
胃検診	40歳以上の方	9・10月	800円
大腸検診			300円
子宮検診	20歳以上の女性	7・9・10月 7～12月	集団：900円 施設：1,200円
乳房検診(マンモグラフィ)	40歳～74歳で奇数年度生まれの女性	8月	1,300円
前立腺がん検診	55歳以上の男性	6・7月	300円
結核検診(胸部レントゲン)	65歳以上の方	6・7月	無料
骨密度検査	40.45.50.55.60.65.70歳の女性	7月	300円

■お問い合わせ先 下諏訪町保健センター 電話27-8384

町の海水浴指定施設をご利用ください

青少年の健全育成と町民の健康増進を図るため、海水浴指定施設ご利用の方に、町から補助金を支給しています。

- <利用期間> 7月1日(日)～8月31日(金)
- <利用者への補助> 1人1泊 2,500円(ただし2泊まで。)
- <利用者の範囲> 町内に住んでいる方で中学生までの子ども(三歳未満児は対象外)と共に海水浴に行かれる家族。
 ※ただし、お子さんを除く保護者は2人以内。
- <利用申込> あらかじめ指定施設一覧表から選択し、直接予約してください。予約ができた後手続きをしてください。

※お手続き先 住民環境課 総合窓口係 ☎27-1111(内線133・134)
 ■お問い合わせ先 教育委員会 教育子ども課 子育て支援係 ☎27-1111(内線714・715)



日本海 藤崎海水浴場



太平洋 南知多町海水浴場

海水浴指定施設一覧表

南知多町海水浴場(太平洋) 愛知県知多郡南知多町

施設名	電話番号(市外局番0569)	収容人員
民宿 喜楽屋	62-0474	40
旅館 豆千	62-0044	80
旅館 はしもと	62-0190	50
民宿 英造丸	62-0286	50
民宿 中村屋	62-0373	30
観光旅館 まるは新館	65-1315	100
観光旅館 まるは本館	65-0814	40

藤崎海水浴場(日本海)

新潟県糸魚川市大字藤崎(旧能生町)

施設名	電話番号(市外局番025)	収容人員
民宿 ほなみ荘	567-2331	40
旅館 竹春館	567-2333	60
民宿 大栄荘	0120-233-359	40
旅館 田中屋	567-2518	40
	567-2502	80

※宿泊料金等の詳細は、予約の際各施設にお尋ねください。