

プール教室参加者募集！ —介護予防事業—

プール教室に参加し、いつまでも元気で楽しい人生を送りませんか。平成15～21年度プール教室に参加した人の運動を始める前と後の変化を見ると、前屈や水中の歩幅が伸びています。身体の柔軟性やバランスが良くなることで、歩行がスムーズになり転倒を防ぐことができます。

内容 ストレッチ体操、水中運動

対象 おおむね60歳以上の元気な人

※介護保険で要支援1・2と認定された人も含みます。ただし、水中運動などが不安定の人には介助者が必要です。

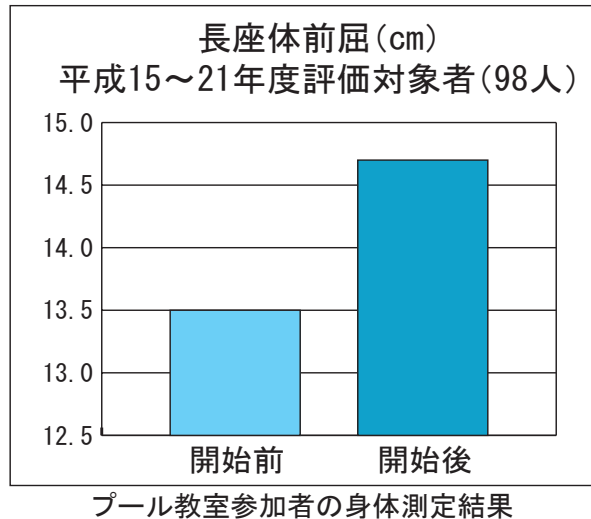
日時 6月から7月までの毎週木曜日 13時30分

場所 スポーツクラブエンジョイ竹原（中央一丁目11-6）

定員 20人（先着順）

参加費 800円（8回コース分）※以前参加したことがある人は毎回500円

申し込み 5月20日（木）までに福祉課介護福祉係 ☎22-7743へ



参加前に比べて、前屈が1cm以上伸びるなど、効果が表れています。

問い合わせ
福祉課介護福祉係
☎22-7743

健康CHECK あなたの体は大丈夫か
毎日に少しずつ
毎日起めに自分の体をもつめ
元気で楽しい人生を！ 健康な生活を送るには、定期的に運動を！
予防が大丈夫

健

康

情報



歯っぴーライフ

6月4日～10日は、「歯の衛生週間」です。この機会に、家族みんなで歯と口の中の健康について考えてみませんか。

80歳（昭和5年4月1日から昭和6年3月31日まで）に生まれた人で、20本以上歯がある人を表彰します。該当する人は、5月21日（金）までに市内のかかりつけ歯科医院に申し込んでください。

日時 6月5日（土）14時～16時（表彰は14時から）

場所 保健センター

※駐車場は、保健センター西側をご利用ください。

内容 歯科検診、歯科相談、フッ素塗布、義歯指導、むし菌菌を見てみよう、食に関する展示

問い合わせ

竹原・豊田地区歯科衛生連絡協議会事務局 ☎26-3234
保健センター ☎22-7157

平成22年度健康診査 健診を受けましょう

市が行う健康診査の案内冊子を、広報5月号とともに各家庭へ配布しています。一部の健康診査を除き、申し込みが必要な健診については、期日までに冊子についているハガキでお申し込みください。

健診の種類・問い合わせ

特定健康診査

市民健康課医療年金係 ☎22-7734
保健センター ☎22-7157

国保人間ドック・後期高齢者健診

市民健康課医療年金係 ☎22-7734

各種がん検診・歯周疾患検診

保健センター ☎22-7157

生活機能評価

福祉課介護福祉係 ☎22-7743

平成22年度 第1回普通救命講習

愛する人を守るために、応急手当を学んでおきましょう。

3月に開催した講習では、参加者10人が、AEDの使用方法や応急処置等について学びました。



いざという時、家族や周りの人の命を守るために、親子で参加していた人もいました。「これで何かあっても、家族で協力して処置ができるね」という感想が。

日時 6月13日(日)9時～12時
場所 竹原消防署2階大会議室
内容 普通救命講習Ⅰ・Ⅱ(心肺蘇生法・AEDの使い方など)
募集人数 約30人
申込期限 6月11日(金)
申し込み・問い合わせ
竹原消防署救急係
☎22-0958

子宮頸がん・乳がん無料検診

国の示した基準日(平成22年4月20日)に竹原市に住所があり、かつ対象の生年月日に該当する女性に、無料検診クーポン券を5月末頃配布します。

このクーポン券は、市が実施する検診にのみ使用できるものです。詳しくは、同封する通知等をご覧ください。

子宮頸がん無料検診対象者(生年月日)

平成元年4月2日～平成2年4月1日
昭和59年4月2日～昭和60年4月1日
昭和54年4月2日～昭和55年4月1日
昭和49年4月2日～昭和50年4月1日
昭和44年4月2日～昭和45年4月1日

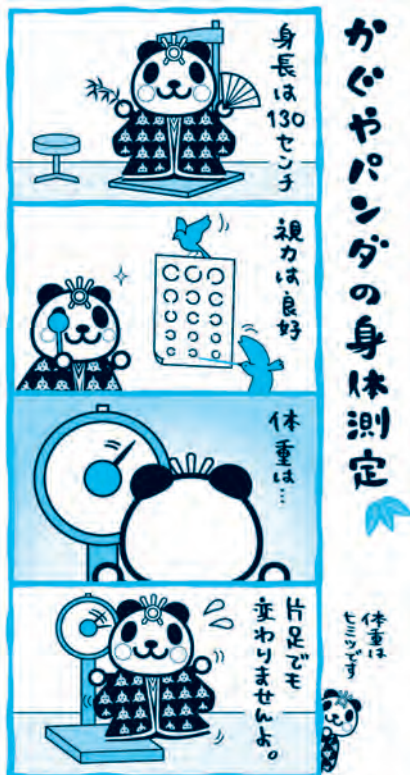
乳がん無料検診対象者(生年月日)

昭和44年4月2日～昭和45年4月1日
昭和39年4月2日～昭和40年4月1日
昭和34年4月2日～昭和35年4月1日
昭和29年4月2日～昭和30年4月1日
昭和24年4月2日～昭和25年4月1日



現在、日本においてがんは死亡原因の第1位で、がんによる死者数は年間30万人を超えています。しかし、診断と治療の進歩により、早期発見・早期治療が可能になってきています。がんを早期発見するために、検診を受けましょう。

問い合わせ 保健センター ☎22-7157



予防接種

適切な時期に接種しましょう



◆麻しん風しん予防接種

対象 2期 就学前の1年間(いわゆる年長クラス)
(平成16年4月2日から平成17年4月1日生)

3期 中学1年生
(平成9年4月2日から平成10年4月1日生)

4期 今年度中に18歳になる人(いわゆる高校3年生)
(平成4年4月2日から平成5年4月1日生)

接種できる期日 平成23年3月31日まで

(3期・4期は、平成24年度までの制度です。)

※今年度対象者には、予防接種券、予診票等を通知しています。

◆二種混合(破傷風・ジフテリア)予防接種

対象 2期 11歳から12歳

※転入等で、竹原市の予防接種券を持っていない人は、印かんと母子健康手帳を持って保健センターまでお越しください。

問い合わせ 保健センター ☎22-7157

市民の広場

掲載申し込み随時受付中！

問い合わせ 企画政策課 ☎ 22-0942

★「ホームヘルパー2級」受講生募集

6月26日(土)から、人権センターで、「ホームヘルパー2級養成講座」を開講します。通学は週一回土曜日(7回)。資格取得し、ご家族の介護や就職に役立てませんか。詳しくは、サンキ・ウエルビィ(株)久保田 ☎ 082-270-2266 へ。

【注意】 この欄は、市民のみなさん相互の情報交換の場です。掲載行事等は、市の主催ではありません。日時・会場等は予定です、各主催者に内容をよくご確認のうえご自分の責任で参加してください。

男女共同参画推進講演会

日時 6月27日(日) 13時30分～15時

場所 市民館大ホール ※入場は無料です。

講師 室井 佑月 さん(作家/タレント)

演題 自分らしい子育て

講師プロフィール

1970年青森県生まれ。ミス栃木、モデル、女優、レースクイーン、銀座のホステスなどの職業を経た後、97年「小説新潮」に作品が入選。最近では、若い女性の代弁者、恋愛の教祖、そしてお母さんという立場からコメンテーターなどとしても活躍中。現在、TBS「ひるおび」「中居正広の金曜日のスマたちへ」テレビ朝日「スーパーモーニング」などに出演。著書:『ぶちすと』『恋より仕事』『ママの神様』他多数。



問い合わせ 人権推進室 ☎ 22-7736

竹原市メールマガジン

メルマガ*かぐや姫*を配信中!

市では、耳寄りなイベント情報などをメールで届ける「メルマガ*かぐや姫*」を毎月10日に配信しています。

パソコンまたは携帯電話で登録ができます。配信を希望する場合は、市ホームページ、または下記QRコードから登録してください。

▼QRコード



読み取り機能がある携帯電話で、QRコードを読み取ってください。メールマガジン登録サイトにアクセスできます。

<http://mobile.mag2.com/mm/0000189319.html>

問い合わせ 企画政策課 ☎ 22-0942

たけはら美術館

開館時間: 9時～17時

☎ 22-3558 (入館は16時30分まで)

5月23日(日)まで

池田勇人所蔵品展「日本の四季-花-」

入館料: 19歳以上200(160)円、18歳以下無料 ※()内は団体料金

休館日: 月曜日(祝日開館、翌日休館)

5月28日～8月1日は、所蔵品展「夏への誘い」を開催します。



「なでしこ」
依屋宗達

—第62回広島県美術展の作品搬入—

市では、市内在住している人の広島県立美術館への搬入を取りまとめて業者搬入します。

作品受付日時

6月13日(日)・14日(月) 9時～12時、13時～16時

作品搬入場所 たけはら美術館文化創造ホール

応募点数 1種目につき1人1点(出品料は1作品3,000円)

※詳しくは、たけはら美術館・文化生涯学習室に備え付けの要項をご覧ください。なお、竹原市での巡回展はありません。

市政発展のためのご意見などをお寄せください



郵便 〒725-8666(住所不要)竹原市企画政策課「市長への私の提案」係
FAX 22-0998

※電子メールでも受け付けています。市ホームページ「市長の部屋」から送信できます。いただいたご意見等は「市長の部屋・掲示板」にて公表させていただきます。

ティータイム



今月号から、広報たけはらの表紙がカラーになります。色彩豊かな写真で、竹原の自然・文化・人々の魅力を発信していきたいと思っております。今後、表紙写真等を募集する企画も考えていますので、その際はどうぞよろしくお願ひします!

人のうごき

(住民基本台帳登録者数)

人口 29,509人

男 13,898人

女 15,611人

12,957世帯

1年前 29,860人

5年前 31,494人

—4月1日現在—

発行/広島県竹原市企画政策課 ☎ (0846)22-0942 FAX(0846)22-0998
竹原市ホームページ <http://www.city.takehara.hiroshima.jp>



(この広報は再生紙・大豆油インクを使っています。)

広報たけはら 2010.5.6