

保 健
便 り

ヘルスインフォメーション
Health Information

問い合わせ先 健康増進課 ☎(32)8905

しもつけクイズ

【正解は】③ 市では金婚式を迎えたご夫婦をお祝いしています。詳しくは10ページをご覧ください。

募 集

「下野市健康づくり推進協議会委員を募集します(再募集)」

- 内容 健康づくりを推進するための施策、保健計画の策定、各種健診・健康教育・保健事業等の推進について、幅広く意見・助言をいただきます。
- 任期 2年(委嘱日から平成30年3月31日まで)
- 会議開催回数 年2回程度
- 報酬 日額3,000円
- 応募資格
 - ①下野市に住所を有し、4月1日現在で20歳以上の方
 - ②下野市で設置する他の審議会等の委員でないこと
 - ③平日昼間開催される会議に出席できる方
- 公募人数 1名
- 応募方法 応募用紙に必要事項を記入し、郵送、FAX、電子メールまたは直接提出してください。なお、応募用紙は返却いたしません。

募集期間

6月6日(月)～17日(金)
(郵送の場合、当日消印有効)

選考方法

選考委員会で決定し、ご本人あて直接お知らせします。

8020達成者を募集します

満80歳以上でご自分の歯が20本以上ある方を表彰します。(小山歯科医師会が該当者を募集し、表彰します。)

応募資格

審査日において満80歳以上で自分の歯が20本以上ある方(過去の表彰者は応募できません。)

事前審査

応募者には、事前審査(無料)を受けていただきます。必ず小山歯科医師会の会員の歯科医院に予約してから受診してください。

※「8020達成者の審査」

と予約してください。

実施期間

6月1日(水)～8月12日(金)

お知らせ

「健康マイレージに参加してみませんか」

しもつけ健康マイレージは、健康づくりに積極的に取り組む皆さんを応援する制度です。健診の受診、健康づくり事業への参加、日々の運動や食習慣の改善など、決められた健康目標に取組んでいただき、ポイントをクリックされた方に記念品をプレゼントします。健康マイレージのポイントカードは、広報3月号に掲載しているほか、市のホームページからダウンロードできます。また、健康増進課や市内各公民館(4館)等にも用意してありますので、ぜひ参加してみてください。



相 談

「病態別栄養相談」

糖尿病、高血圧、脂質異常症、肥満などの慢性疾患をお持ちの方に対して、病態別栄養相談を実施しています。ご希望の方は主治医にご相談のうえ、お申込みください。

対象者 下野市民で

- ・高血圧、糖尿病、脂質異常症などの慢性疾患で食事療法が必要な方
- ・その他貧血、肥満など生活でお困りの方

※医療機関の主治医からの紹介が原則です。

相談員 管理栄養士・保健師

日程 【予約制】

- 6月29日(水)
- 7月6日(水)
- 7月22日(金)
- 8月4日(木)
- 8月24日(水)

※9月以降も月2回開催

【時間】午前9時～11時の間で1時間程度

【場所】ゆうゆう館

【料金】無料