

『見直そう！生活習慣』

教室開催のご案内

運動習慣・食習慣など、自分の生活習慣を見直してみたいことはありませんか。今回、碓氷病院の管理栄養士がみなさんに生活習慣の見直しについてお話をしてくれまます。この機会に、ぜひ普段の生活習慣を見直して規則正しい生活を行い、いつまでも元気で過ごせるからだを作りましょう。みなさんのご参加をお待ちしています。

**日時**▼9月13日(金)午前10時～11時30分  
**場所**▼老人福祉センター(いきいき長寿センター)大広間  
**内容**▼碓氷病院管理栄養士による講話  
**参加費**▼無料  
**定員**▼20人(先着順)  
**持ち物**▼筆記用具  
**申込期間**▼8月8日(木)午前9時～  
 お電話でお申込みください。

申込み・問合せ▼

☎介護高齢課地域包括支援センター  
 (☎内線2156・2157)

「人生の最終段階における医療・ケアを考える講演会」  
 (高崎会場)開催のお知らせ

人は誰でもいつでも、命に関わる病気がやがてをすることがあります。しかし、命の危険が迫った状態になると、多くの人が治療やケアなどを自分で決めることや、人に伝えることができなくなると言われています。講演会をきっかけに、あなたの大切にしていくことや、どのような医療やケアを望むかを前もって考え、あなたの信頼する人たちと話し合ってみませんか。

**開催日時**▼9月7日(土)午後1時30分～4時(午後1時開場)  
**会場**▼高崎市総合福祉センター たまごホール(高崎市末広町115-1)  
**参加費**▼無料

定員▼280人

※先着順での受付となります。受講の可否は8月26日(月)までにお知らせします。

**主催**▼群馬県  
**共催**▼安中市・高崎市  
**申込み**▼ハガキの場合

①参加希望人数 ②申込代表者氏名  
 ③郵便番号 ④住所 ⑤電話番号  
 をご記入いただき、「〒371-8570 前橋市大手町1-1-1 群馬県庁 地域包括ケア推進室」にお送りください。

FAXの場合  
 所定の参加申込書を使用してお申し込みください。(FAX027-243-1204) 申込書は群馬県のホームページからダウンロードしていただくか、(☎総合案内、☎受付、☎介護高齢課地域包括支援センター窓口などに用意してあります。

**問合せ**▼  
 群馬県地域包括ケア推進室  
 (☎027-897-2653)

木造住宅の耐震診断・耐震改修無料相談会を開催します

一般社団法人群馬県建築士事務所協会(西毛支部)では、安中市で推進しております木造住宅の耐震診断および耐震改修の対象となる個人住宅の無料相談会を実施します。

**日時**▼9月3日(火)午前9時30分～正午  
**場所**▼☎1階基幹集落センター研修室  
**相談内容**▼

- ①昭和56年5月31日以前に着工した一戸建て住宅・併用住宅(住宅部分の床面積が1/2以上)
  - ②平屋建てまたは2階建て
  - ③木造軸組工法で建築した住宅
- その他**▼対象となる住宅の資料をお持ちください。

**問合せ**▼  
 一般社団法人群馬県建築士事務所協会  
 西毛支部  
 (☎385-3826(田中))

※問合せ期限8月30日(金)午後5時まで



健康通信

8月5日から各種集団検診が実施されます。『検診のしおり』または「受診シール」に同封したA3桃色の集団検診の表で日程・会場・持ち物などを確認のうえ、ご来場ください。該当地区での検診日に都合がつかない場合は、ご都合のよい日にご来場ください(その際の連絡は不要です)。個別検診については、市内医療機関にて引き続き実施しています。

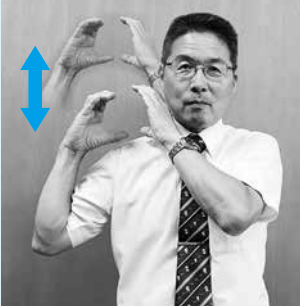
受診の際はオレンジ色の封筒に入っている「受診シール」が必要となりますので、忘れずにお持ちください。

また、5月中旬以降に安中市に転入し、検診をご希望の人は、(☎)健康づくり課予防係(☎内線1172)までお問い合わせください。

手話で伝えよう Vol.8

ひまわりが咲き誇る8月になりました。今月の手話で伝えようは夏らしく【お祭り】と【花火】です。

【お祭り】



**解説**  
 御神輿を担ぐしぐさをします。

【花火】



**解説**  
 つ手をに片を上を指す。花火の上がる様子を表します。

(細野小学校長 萩原 孝志)