

がた
者まし
象わり
対変

あん摩、はり、きゅう などの施術費助成

元気高齢課・☎2153

対象 75歳以上の方、身体障害者手帳の1級・2級の方、65歳以上75歳未満の後期高齢者医療被保険者、要支援1以上の方、介護予防・日常生活支援総合事業の対象者

内容 医療保険適用外の施術を受ける料金の一部を助成

助成額 1回1千円の助成券

※年間最大3回まで。

申込 それぞれ該当する健康保険証、身体障害者手帳、介護保険証などを持って、同課(本庁舎1階16番窓口)または各公民館(織姫・助戸を除く)



元気アップサポーター養成講座

元気高齢課・☎2153

時 6月8日～7月13日(原則毎週月・金曜日・10回)／午前10時から正午 **場** 生涯学習センター101号室 **高** 高齢者の運動指導に必要な知識と技術の習得 **定** 先着30人 **料** 2千円(教材費) **申** 5月

7日(月)午前9時から電話で同課 ※講座修了後は任意で市に登録し、元気アップサポーターとして活動。



認知症介護者家族交流会

オレンジ会

元気高齢課・☎2246

時 5月22日(火)／午後1時30分～3時 **場** 特別養護老人ホーム義明苑ふくとみ(福富町) **内** 介護をする方同士で不安や苦勞を語り合う交流会 **申** 事前に電話で同課

献血にご協力ください

栃木県赤十字血液センター

☎028・659・0114

主催 足利ライオンズクラブ

時 5月15日(火)／午前10時～正午、午後1時～4時 **場** アピタ・コムファースト駐車場 **対** 16歳から69歳までの健康な方 **持** 献血カード または本人確認できるもの(運転免許証、健康保険証など) ※性感染症の検査目的は不可。



光化学スモッグにご注意!



環境政策課・☎2152

春から夏にかけて、風が弱く気温が高い晴れた日に発生しやすくなります。

注意報の発表は… 県ホームページ『とちぎの青空』、県防災メール、市役所、各公民館などで確認できます。昨年の県内の注意報発令回数は6回でした。

注意報が発表されたら… 屋外での激しい運動は避け、不要不急の自動車の使用は控えましょう。

目やのどが痛くなったら… すぐに洗眼やうがいなどをしましょう。それでも症状がよくなるしないときや、息苦しさ、手足のしびれなどを感じたときは、早めに医師の診察を受けてください。

6月1日(金)～7日(木)は

HIV検査普及週間

安足健康福祉センター

☎45895

内 HIV検査普及週間の一環として、性感染症(HIV、梅毒、性器クラミジア、淋菌)の夜間検査を実施 **時** 6月4日(月)／午後5時～7時 ※定期検査は毎週火曜日／午後1時～2時に実施。 HIV検査で正確な結果を得るためには、感染機会から2週間以上経過してから。 **場** 同センター(真砂町) **申** 事前に電話で同センター ※HIV・梅毒検査の結果

足利赤十字病院

ハートクロスフェスタ

足利赤十字病院・☎0121

時 5月12日(土)／午前10時～午後3時 **場** 同病院(五十部町) **内** 高校生向け医療現場職業体験(要予約)、ちびっ子写真撮影コーナー、ハートクロスコンサート、救急車・救護車両展示、栄養・お薬相談、認定看護師コーナー、運動機能測定、炊き出しなど

胃がん・肺がんの集団検診

健康増進課・☎403113

検診日	会場	受付時間	特定	
7月	11日(水)	山前公民館	午前9時～11時	—
	13日(金)	山辺公民館	午前9時～11時	—
	18日(水)	助戸公民館	午前7時～10時30分	あり
	19日(木)	毛野公民館	午前9時～11時	—

市内に住所がある40歳以上(31年3月末時点)の方
 胃がん＝500円▷肺がん(喀痰細胞診含む)＝300円※70歳以上などは無料。**5月31日(木)まで**に、はがきに①住所②氏名③生年月日④年齢⑤電話番号⑥性別⑦希望する検診日⑧希望する検診(胃・肺・特定健康診査)⑨保険種別(特定健康診査を希望する場合のみ)を書いて、**〒326-0807市内大正町863-7健康増進課**あて郵送※申込者多数の場合は6月8日(金)に抽選。空きがある場合は、抽選日後、随時電話で受付。

特定健康診査を希望する方…▷国民健康保険の方＝約40日後の説明会に参加できる方に限る▷後期高齢者の方＝結果は郵送▷社会保険の方＝保険組合が発行する受診券(集合契約AまたはB)がある方に限る

専門職による個別健康相談

健康増進課・☎403115

5月			6月		
9日(水)	午前	歯食	5日(火)	午前	歯食
23日(水)	午前	健	15日(金)	午前	歯食
	午後	歯食	27日(水)	午後	健



保健センター
 事前に電話で同課
 ※1組45分程度。
 歯＝歯科衛生士による歯と口の相談
 食＝管理栄養士による食事の相談
 健＝看護師などによる健康相談

休日夜間急患診療所

足利赤十字病院健診棟1階内

内科・小児科 ☎201556

▷日曜・祝日＝午前10時～午後4時
 ▷夜間(毎日)＝午後7時～10時

歯科 ☎201557

▷日曜・祝日＝午前10時～午後1時



たかろばカフェ

元気高齢課・☎202135



会場・連絡先	時間	5月	6月
高齢者複合支援施設 喜重苑(今福町) ☎203940	午前11時～午後3時	7日(月) 14日(月) 21日(月) 28日(月)	4日(月) 11日(月) 18日(月) 25日(月)
	午後1時30分～4時	15日(火)	19日(火)
ピーターパン (元学町) ☎411281	午後1時30分～3時30分	9日(水)	13日(水)
デイサービスセンター さくらの里(常盤町) ☎438817	午後1時30分～3時	17日(木)	21日(木)
特別養護老人ホーム こはく苑(堀込町) ☎735890	午前10時～午後2時	27日(日)	24日(日)
総合事業くのん (西砂原後町) ☎090・3137・9662	午前10時～正午	19日(土)	16日(土)

認知症の方や家族同士の交流の場
 お茶代など
 各会場による
 事前に電話で各会場

生き生き元気のつどい

元気高齢課・☎202135

会場	時間	5月	6月
織姫公民館	午前10時～11時30分	15日(火)	19日(火)
助戸公民館		16日(水)	20日(水)
三重公民館		8日(火)	12日(火)
山辺公民館		17日(木)	21日(木)
北幸楽荘		28日(月)	25日(月)
富田公民館		11日(金)	8日(金)
山前公民館		11日(金)	8日(金)
毛野体育館		10日(木)	14日(木)
東幸楽荘	午後2時～3時30分	10日(木)	7日(木)
西幸楽荘		9日(水)	13日(水)
南幸楽荘		23日(水)	27日(水)
北郷公民館		10日(木)	14日(木)

認知症や介護を予防するための軽い体操、脳のトレーニング、講話など
 おおむね65歳以上の方
 事前に電話で同課