

ほけんだより

いきいき健康推進課 TEL0175-28-5800



こころの健康づくりフォーラム

平成23年1月29日(土)に「こころの健康づくりフォーラム」を行い、約140名の方が参加しました。

「こころと体のセルフメンテナンス～10歳若返る健康づくり～」と題し、水科江利子氏に体操を交え、ご講演いただきました。



『筋膜マッサージ』で体をリフレッシュし、『命の大切さ』についてのお話で涙をし、とても充実した内容の講演でした。参加された皆さんも楽しんでいました。



これからも、自殺予防のため、こころの健康づくりについて、取り組んでいきたいと思っています。みなさんも、これを機会に『命の大切さ』を一緒に考えてみませんか？

✂ 住民健診で『要精密検査』と判定された方へ ✂

がん検診や特定健診で、『要精密検査』や『要医療』と判定された方は、早めに医療機関で詳しい検査をお願いします。

「結果がこわい」や「また何か言われる」と思って、そのままにしておく方もいますが、自分や家族のために、今後元気に生活を送るために、早めに受診をしましょう☆



結果がわかりましたら、いきいき健康推進課 保健師 まで
連絡をお願いします。 ☎28-5800