

骨（ほね）の検診（前腕骨X線検査）

18歳以上の市民（妊娠中の方、手のふるえなどがある方は受診できません。）で検診を希望される方は、市保健センター（☎32・3551または☎32・2500）までお申し込みください。

【受付数】1日先着120名

（1時間40名）の予約制

【申込期間】8月31日（木）まで

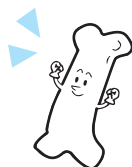
【お問い合わせ・申込先】

市保健センター（ミリカホール内）

☎32・3551または☎32・2500

／FAX32・4145

Mail:hokencenter@city.komatsushima.
i-tokushima.jp



実施日	会場	受付時間	料金
8月31日（木）	市保健センター	午後1時30分～4時30分（予約制）	600円 （市国保加入者400円）
9月7日（木）			

※市国保加入者の方は、国民健康保険被保険者証をご持参ください。

※下記の方は申請により費用の免除を受けることができます。お申し込みの際にお知らせください。

- ・65歳から69歳で障がいがあり後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方
- ・生活保護受給者
- ・市民税非課税世帯（世帯全員が非課税）の方

介護予防講座のご案内

小松島市内在住の65歳以上の方が対象です。飲料水、タオルなどは各自でご持参ください。

「元気アップ教室」参加者募集 後期（9月～10月）

音楽に合わせてステップ運動やラダー運動を行います。頭と身体を同時に動かし、体力アップ、認知症を予防しましょう。受講料無料です。参加希望の方は、8月18日（金）までに市社会福祉協議会地域包括支援センターへ電話にてお申し込みください。

【日時】9月7・14・21・28日、10月5・12・19・26日（毎週木曜日）の午後1時30分～2時30分（午後1時受付開始）

【会場】市総合福祉センター2階 大会議室

【講師】小松島病院 理学療法士

【対象者】階段の昇り降りができ、医師から運動制限を受けていない方で、今年度の前期元気アップ教室に参加されていない方。（ただし、介護認定を受けている方は対象外です。）

【募集人数】32名

※定員を超えた場合は、抽選となります。

介護予防健康教室開催

申込不要、受講料無料です。直接会場へお越しください。

【テーマ】認知症予防

～身近にある道具で認知症予防～

【講師】小松島病院 作業療法士 國清 篤志 先生

【日時】8月7日（月）午後1時30分～3時

【会場】市総合福祉センター



【お問い合わせ先】

市社会福祉協議会地域包括支援センター
（横須町11番7号、市総合福祉センター内）
☎33・4040／FAX33・4042