

### 後期高齢者の人間ドック費用の一部を助成します

4月から、国民健康保険の被保険者に加え、後期高齢者医療保険の被保険者の人間ドックにかかる費用の一部を助成しています。

#### 内容・検診機関

対象施設	内容
菅間記念病院	人間ドック(日帰り)・脳ドック
那須脳神経外科病院	脳ドック
国際医療福祉大学病院	人間ドック(一泊・日帰り)・脳ドック
那須中央病院(大田原市下石上1453)	人間ドック(一泊・日帰り)・脳MRセット
国際医療福祉大学塩谷病院(矢板市富田77)	人間ドック(一泊・日帰り)・脳ドック
栃木県保健衛生事業団(宇都宮市駒生町3337-1)	人間ドック(日帰り)

※自己負担の額は、検診機関により異なります。

- ▼実施期限 来年3月31日(火)
- ▼申込期限 来年2月28日(金)
- ▼対象 納期限の過ぎている後期高齢者医療保険料を完納し、後期高齢者医療保険に加入している人

※年度内に後期高齢者健診を受診した人や同事業を受けた人は対象外。

※国民健康保険に加入している人への助成内容は、市ホームページで確認するか、**国保年金課**に問い合わせてください。



▼申込方法 後期高齢者医療保険証と身分証、印かんを持参し、次の窓口で申し込み

▼申し込み **国保年金課**・**国市民福祉課**・**国総務福祉課**・**箒根出張所**

○**国保年金課** ☎(62)7129

### 那須赤十字病院「がんのびび」を開催します

医師がアドバイザーとなり、日ごろの疑問に答えます。テーマは「医師との上手なコミュニケーション」です。

▼とき 10月5日(土) 午前10時～11時 ※予約不要。

- ▼ところ 那須赤十字病院
- ▼対象 がん経験者またはその家族
- ▼参加費 無料
- ▼問い合わせ **那須赤十字病院** ☎0287(23)1122

### 医療講演会「がんと生活環境」

▼とき 10月26日(土) 午後2時～5時

▼ところ 大田原市総合文化会館 (大田原市本町1-3-3)

▼講師 西尾 正道氏(北海道がんセンター名誉院長)

▼入場料 無料

▼問い合わせ **医療講演会実行委員会(田代)** ☎0287(76)3601

### シニアセンター秋まつり

▼とき 10月13日(日) 午前9時30分～午後1時

▼ところ 市シニアセンター

▼内容 センターの紹介、介護予防マシントラック、鍋掛餅つき唄保存会による餅つき、バザー、おこわ販売など

▼問い合わせ **市シニアセンター** ☎(73)2210

### あなたに合った運動プログラムで心もリフレッシュ

市内の健康増進施設やフィットネスクラブで、自分の健康度に合わせて運動指導が受けられます。楽しみながら生活習慣病の予防をしましょう。

▼とき 来年3月までのうちの3カ月間、週2日

▼内容 健康度測定、マシントレーニング、有酸素運動、ストレッチなど

▼利用施設(各施設見学可)

- ・KPECフィットネスクラブ
- ・ウェルネスNASPA
- ・ファインドスポーツクラブ
- ・女性専用フィットネスB-Linei
- ・女性専用フィットネスカーブス・ATCフィットネス

▼対象 次の条件を全て満たす市民

- ①納期限の過ぎている国民健康保険税を完納している世帯の40～74歳の国民健康保険被保険者
- ②年度内に同事業を受講していない人
- ③3カ月間受講できる人

▼負担金 5742円(3カ月間) ※総費用の3割が個人負担、残りは国民健康保険が負担。

▼申込方法 国民健康保険証と印かんを持参し、次の窓口で申し込み

▼申込期限 12月13日(金) ※電話では申し込みません。

▼申し込み **国保年金課**、**国市民福祉課**、**国総務福祉課**、**箒根出張所**

○**国保年金課** ☎(62)7129

### 介護予防筋力トレーニング

体力が衰えたり、転びやすくなったりしていませんか。専門家の指導を受けながら、温水プールや介護予防用の安全なマシンで体を動かしましょう。

▼時期 12月3日～来年3月10日の毎週火・金曜(全26回)

▼定員 午前・午後の部各10人

▼期間 12月2日～来年3月12日の毎週月・木曜(全26回)

▼定員 午前・午後の部各8人

▼実施時間 午前9時30分～11時

▼午後部 午後2時30分～4時

▼ところ 市シニアセンター

▼対象 65歳以上の介護保険認定を受けていない人で、総合事業対象者になっていない市民

▼参加費 1回300円

▼申し込み・問い合わせ **市シニアセンター** ☎(73)2210

### 水中運動講座

運動が苦手な人も、音楽に合わせた運動なので、みんなと一緒に楽しくトレーニングできます。

▼とき 10月1・8・29日の火曜 午前11時～11時30分(全3回)

▼内容 水圧、水温を利用して効率よく脂肪燃焼

▼参加費 1000円(1回)

▼定員 各20人程度(当日受け付け)

▼申し込み・問い合わせ **にしなすの運動公園** ☎(36)4785

○**にしなすの運動公園** ☎(36)4785

▼対象 18歳以上

▼参加費 1000円(1回)

▼定員 各20人程度(当日受け付け)

▼申し込み・問い合わせ **にしなすの運動公園** ☎(36)4785

### 那須赤十字病院 マイタウンまつり2019

那須赤十字病院は「マイタウン・マイホスピタル」地域に根ざし、ともに歩み、心ふれあう病院に「を」を基本理念に、日々活動しています。地域の皆

皆さんにこれまで以上に当院や医療について親しみをもってもらえるよう、病院祭を開催します。誰でも参加できるので、ぜひ遊びに来てください。

▼とき 10月20日(日)

▼ところ 那須赤十字病院

▼参加費 無料

▼問い合わせ **那須赤十字病院** ☎0287(23)1122

### チーズでびっくりメニュー「おとなの食育講座」

チーズを使った和の食事に合うアレンジメニューの実習を通して、牛乳・乳製品と食事バランスを学びます。

▼内容

○講話 「きほんの食事バランス」  
○調理実習 鮭のチーズごはん、野菜とチーズの揚げ巻き、ひじきのサラダ、具だくさんみそ汁 ほか

▼とき 10月8日(火) 午前10時～午後1時

▼ところ 東那須野公民館

▼対象 市民

▼参加費 200円(食料費)

▼申し込み・問い合わせ **健康増進課** ☎(33)1100

## 経済センサス 実施中

11月まで市内全事業所を対象に調査しますので、回答をお願いします。  
▶問い合わせ **市民協働推進課** ☎(62)7105

### 7月の交通事故発生状況(人身事故)

	発生件数	死亡者	負傷者
7月中	16件( 0)	0人( 0)	18人( +1)
うち高齢者	7件( 0)	0人( 0)	4人( 0)
本年累計	144件(+13)	5人(+3)	186人(+19)
うち高齢者	57件(+9)	2人(+1)	30人(+7)

( )は前年同月との比較です。  
▶問い合わせ **生活課** ☎(62)7127

### 7月の火災と救急

火災	救急
建物	交通事故 26件
林野	急病 272件
その他	その他 106件
本年の累計	本年の累計 2,742件

火災のテレフォンサービス ☎0287(22)0119

- ☎…本庁舎(共聖社108-2)
- ☎…西那須野庁舎(あたご町2-3)
- ☎…塩原庁舎(中塩原1-2)

※市内は、市外局番 0287 を省略した表記にしています。