

介護予防教室（いきいき教室）

高齢者の健康づくりと効果的な介護予防のために、元氣なうちから参加しましょう。参加無料です。

対象 要介護認定を受けていない65歳以上の市民で、筋力の衰えや栄養状態の低下等が心配な方、今の健康を維持したい方

場所・日時

▽保健センター市浦（13:30～15:00）

①5月9日（金） ②5月16日（金）

▽保健センター金木（10:00～11:30）

①5月23日（金） ②5月30日（金）

▽生き生きセンター（13:30～15:00）

①5月23日（金） ②5月30日（金）

内容

- ①こころと身体を動かそう～脳トレ～
- ②筋力・バランス力測定・認知症予防ゲームなど

申込 開催3日前までに電話にてお申し込みください。

申込先 地域包括支援センター TEL38-3939

相談

健康づくり相談室

生活習慣病や肥満解消、介護予防など体に関すること、ストレスや心の相談などに保健師が応じます。健康手帳をお持ちの方は、持参してください。

五所川原地区
▽5月7日（水） 10時～12時
保健センター五所川原

市浦地区
▽5月23日（金） 10時～11時30分
富士見コミュニケーションセンター

教室

みんなの健康教室

問 健康推進課 内線2364

▽5月8日（木） 13時～14時
▽5月20日（火） 13時～14時
いずれも保健センター市浦

日時 5月21日（水） 13時～

場所 働く婦人の家3階第3講習室

テーマ 骨粗しょう症について

講師 桂整形外科医院
平川均先生

問 西北五医師会
TEL(35)0059

災害時における液化石油ガス及び応急対策用資機材の調達に関する協定締結

3月31日、一般社団法人青森県エルピーガス協会（黒澤吉典会長）と協定を締結しました。

締結式では、鴨邦孝専務理事（写真左）が「万が一の際には、より早く確実に液化石油ガスを供給する」と話しました。



訂正

広報4月号P16でお知らせした平成26年度個別予防接種で、子宮頸がん予防ワクチン実施医療機関として白戸胃腸科外科医院を掲載しましたが、同医院は実施しませんので訂正します。

また、健康推進課窓口、幼稚園・保育園等で配布した平成26年度五所川原市乳幼児健康診査・相談日日程表内の「子育て支援センター等」で紹介したひまわり幼稚園は、平成26年度は行っていませんので訂正します。

川倉の湯っこ 金木中央老人福祉センター オープン



新しくなった浴室

新しくなった「川倉の湯っこ」は、以前より浴槽は広く、カランの数も倍となりました。また、浴場と脱衣所を床暖房とし、温度差を小さくして健康に配慮しています。「金木中央老人福祉センター」は大広間の畳を新しいものに替え、新鮮な香り漂うスペースとなりました。皆様のご利用をお待ちしています。

問 介護福祉課 内線2458

善意の花かご ～どうもありがとうございました～

▽木造ポテト（新岡喜佐雄代表）＝じゃがいも60kg（くるみ園へ）

▽青森三菱電機機器販売株式会社（林均代表取締役）＝300万円（地域経済活性化のため）

