

電話番号 042-492-5111 (市役所代表)

※市役所にお電話をいただく場合には、市外局番(042)からおかけくださいますようお願いいたします。

ファクス 042-492-2415

電子メール kouhou@city.kiyose.lg.jp

ホームページ http://www.city.kiyose.lg.jp/

携帯サイト http://www.city.kiyose.lg.jp/m_index.htm

携帯電話用QRコード⇒



始めよう 続けよう 健康生活 清瀬市健康まつり

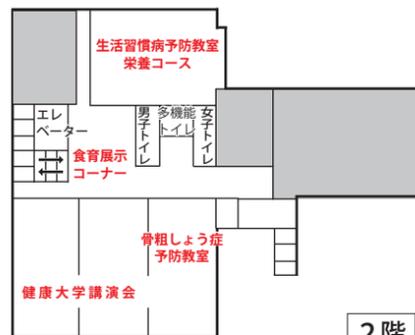
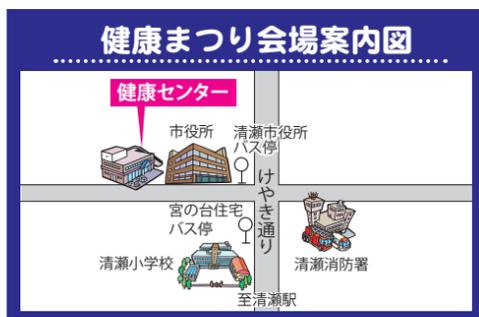
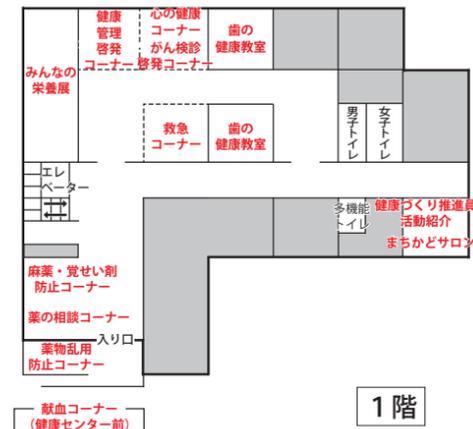


9月7日(日)午前10時～午後3時 健康センター

市民の皆さんが、健康で幸せな生活を送るための情報を提供する機会として始まった清瀬市健康まつり。

今年も、楽しみながら健康づくりに関心を持っていただけるコーナーを数多く用意しています。皆さん、ぜひご参加ください。

問合せ 健康推進課健康推進係 ☎ 497・2075



健康まつりで集めよう! きよせニンニクスタンプ



対象ブースで測定を行うと、スタンプを1つ押印します。一気にスタンプを集めるチャンスです!

対象ブース 「健康大学講演会」「救急コーナー」「献血・献血啓発コーナー」「健康管理・啓発コーナー」「薬の相談コーナー」「体力テスト」「みんなの栄養展」

※スタンプカードをお持ちでない方には、当日発行します。

きよせニンニクスタンプに関する問合せ 清瀬商工会 ☎ 491・6648

■歯の健康教室(先着20人・要予約) 午後1時(まで受け付け) 3時

「歯は一生の宝物」をテーマに「はじめまして永久歯」をテーマに歯科健診・歯磨き指導・フッ素塗布を行います。

■各種啓発・展示・相談コーナー 「救急車の展示、AEDの使い方や人工呼吸法などを学ぶ★「救急コーナ」(時間11時～12時)★「献血・献血啓発コーナー」(時間11時～12時)★「血管年齢測定・健康管理」(時間11時～12時)★「健康管

■生活習慣病予防教室 栄養コース(先着20人・要予約)

「ヘルシー食材でおいしいランチ」をテーマに生活習慣病予防のための料理教室を行います。

■健康大学講演会 「生活習慣病予防と骨の健康」をテーマに行う講演会です。

■骨粗しょう症予防教室(要予約)

・当日受け付け若干名)骨密度測定や骨粗しょう症予防のための相談を行います。

■健康増進室無料開放 「運動で健康生活」あなたの体力バランスは大丈夫?」をテーマに、筋力・柔軟性・平衡性のチェックを行います。

■学んで健康 教室や展示・啓発

対象 18歳以上の方(1年以内に検査や測定を受けた方・骨粗しょう症内服治療中の方を除く)



健康センター入り口前でされる献血。きよせニンニクスタンプ対象ブースです。

長寿を祝って敬老大会

9月15日(月) コミュニティプラザひまわりで開催

9月上旬に案内状をお送りします。出席者には、大会中に記念品をお渡ししますので、引換券をお持ちください。引換券は、案内状右上に印刷されています。

対象 平成26年12月31日時点で75歳(昭和44年生まれ)以上、8月1日現在清瀬市に住民登録をしている方

日時 9月15日(月)午前10時～正午(受け付けは午前9時30分)

場所 コミュニティプラザひまわり

支給方法 各地域の民生・児童委員と高齢支援課職員が9月中旬までに自宅へお届けします

支給額(商品券) 88歳以上 5千円、99歳及び101歳以上 1万円、100歳以上 3万円

敬老祝金を商品券で支給します

問合せ 高齢支援課高齢福祉係 ☎ 497・2081

運動で健康 テストや体力づくり

「運動で健康生活」あなたの体力バランスは大丈夫?」をテーマに、筋力・柔軟性・平衡性のチェックを行います。

「野菜で健康生活」世代別の工夫」をテーマに、パネル展示や体組成バランスチェックを行います。

展示や相談 健康推進課の食育事業の紹介と、「かんたん!おすすめレシピ」の配布を行います。

食育展示

みんなの栄養展 「野菜で健康生活」世代別の工夫」をテーマに、パネル展示や体組成バランスチェックを行います。

時間 いずれも午前10時～午後3時

★マークのブースはきよせニンニクスタンプ対象です。「要予約」となっているものは電話で健康推進課へ、その他は直接会場へ。