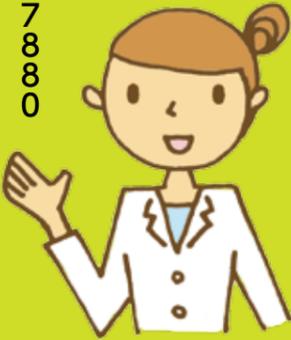


保健相談センター からの お知らせ



健康づくり課 ☎(235)7880

キッズ・クッキング



講話と調理実習を行います。

▼日時 12月6日(土)10時～12時
30分(9時45分から受け付け)

▼会場 保健相談センター

▼対象 5歳～就学前の幼児とその保護者

▼定員 先着16組(事前申込制)

▼費用 1組500円

▼持ち物 エプロン・三角巾(バ
ンダナ可)・布巾・タオル

▼申し込み 11月4日(火)から、
電話で健康づくり課へ。

▼その他 食生活改善推進団体え
びな会主催。1歳以上の託児あり
(要予約・若干名)。

元気アップ 食事教室



旬の野菜を使った冬の食事を
作り、試食します。

▼日時 12月9日(火)9時30分
～12時(9時15分から受け付け)

▼会場 保健相談センター

▼対象 市内在住の65歳以上の
方

▼定員 先着20人(事前申込制)

▼費用 無料

▼持ち物 エプロン・三角巾(バ
ンダナ可)・布巾・タオル・健康
手帳(お持ちの方)

▼申し込み 11月4日(火)から、
電話で健康づくり課へ。



脳イキイキ教室

脳を活性化し認知症予防



認知症の基礎知識を学び、認知
症の予防や改善のために使われて
いるパズルの体験、軽い体操など
を行う教室です。

▼申し込み 11月4日(火)から、
電話で健康づくり課へ。



第9回JMAえびな健康まつり



▼日時 12月1日～3月9日の毎
週(月)13時30分～15時30分(13時
から受け付け)

▼会場 総合福祉会館

▼対象 市内在住の65歳以上の方

▼定員 先着35人(事前申込制)

▼費用 無料



▼日時 11月16日(日)10時～14時
30分

▼会場 海老名メディカルプラザ

▼内容 身体・体力測定コーナー、
一時救命処置コーナー、キッズコー
ナーなど

▼その他 講演会も予定していま
す。詳細は、JMAえびな健康ま
つり実行委員会 ☎292・022
2へ。



がん検診無料受診券の活用を



胃がん・肺がん検診を無料で受
診できる受診券を、対象の方(下表)
に送付しています。がんの早期発
見・早期治療のため、がん検診を
積極的に受診してください。

なお、受診券の有効期限は平成
27年3月31日となっています。期
限内に受診してください。

個別健診実施医療機関および集
団がん検診の日程については、健
康づくり課へ問い合わせ、または
受診券に同封した案内、えびな健
康日より、市ホームページをご覧
ください。



胃がん・肺がん無料検診の対象年齢

年齢	40歳
生年月日	昭和49(1974)年4月1日～ 昭和50(1975)年3月31日

検診内容

胃がん検診	<ul style="list-style-type: none"> 個別(内視鏡またはバリウム検査) 集団(バリウム検査)
肺がん検診	個別(胸部X線)・集団(CT検査) ※個別検診時に喀痰検診も受診する場合は、 喀痰検診分600円が自己負担となります。



献血にご協力ください

▼日時 11月11日(火)10時～12時、
13時～16時

▼会場 市役所南側玄関前



の付いているものは、「えびな健
康マイレージ2014」対象事業です。事
業に参加し、ポイントを貯めると賞品が
当たる抽選に応募することができます。
参加時は、健康マイレージポイントカー
ド(お持ちの方)を持参してください。
詳細は、健康づくり課へお問い合わせを。

防災行政無線 などを用いた 全国一斉の 緊急情報伝達試験

国危機管理課 ☎(235)4790

地震などの災害時に、全国
瞬時警報システム「J-ALERT
(ジェイ・アラート)」で国から
送信される緊急情報を皆さんに
確実に伝えるため、市内
140カ所に設置している防災
行政無線を使って、情報伝達
試験を行います。

夕方の定時試験放送と同じ
くらいの音量で、下記の内容を
一斉に放送します。皆さんの
ご理解とご協力をお願いします。

日時

11月28日(金)11時ごろ

放送内容

- ① 上りチャイム
- ② 「これは、テストです」×3回
- ③ 「こちらは、ぼうさいえびな
です」
- ④ 下りチャイム

J-ALERT (ジェイ・アラート)

地震・津波や武力攻撃な
どの災害時に国から送られ
る緊急情報を人工衛星など
を活用して瞬時に情報伝達
するシステムのこと。