

毎月第1木曜日

「まちの保健室」

2026年度
上半期予定

時間：13：30～15：30

場所：佐竹台市民ホール1階



看護師さんへの健康相談・血圧測
握力測定・体脂肪測定ができます。
お気軽にお越しください。

〈 同時開催プログラム 〉

6月4日

13：30～15：30

介護用品を見てみよう

介護用品の展示・ご相談を行
います。
どんな用品があるか、まずは
情報収集にお越しください。

協力：地域包括センターさん



7月2日

14：00～

熱中症に気をつけよう

温暖化のせいか、年々暑い
日が多くなっています。
熱中症の知識を学び、酷暑
に備えましょう。

協力：済生会千里病院さん



9月3日

14：00～

ヒートショックとは？

ヒートショックによる死亡
事故は、年間で交通事故死を
上回るとも言われています。
学んで防ぎましょう。

協力：済生会千里病院さん



10月1日

14：00～

腰痛体操・ストレッチ

多くの方が悩んでいる腰痛…
腰痛予防のストレッチを
みんなで学びましょう。

協力：済生会千里病院さん



助産師さん来室日

場所：さたけん家2階

10：30～12：00

6月23日（火）楽ちん抱っこのお話会

7月11日（土）プレママ&ママレッスン

子育て中の方がお出かけしやすい午前中に
「ゆめのみひろば」にて実施することになりました。

※プログラムは変更になる場合があります。ご了承ください。