

新宮スポーツセンター

龍野体育館
☎0791・63・2261

新宮スポーツセンター
☎0791・75・1792

揖保川スポーツセンター
☎0791・72・5567

御津体育館
☎079・322・3012

体育館だより

健康づくり教室(第2期)受講生募集!

- 気軽にできる運動で、健康づくり始めませんか
- 対象 40歳以上の女性
 - 実施期間 「Aコース(40歳代)」9月9日～11月18日までの毎週火曜日14時～15時 「Bコース(50歳代以上)」9月5日～11月14日までの毎週金曜日14時～15時(計10回)
 - ところ 新宮スポーツセンター
 - 定員 各コース30人(申込み多数の場合は抽選)
 - 受講料 各コース2千円
 - ▼申込締切 8月24日(日)
 - ▼新宮スポーツセンター
(☎75・1792)

新宮温水プール

- 新宮スイムフェスティバル**
- 対象 参加する種目を泳ぎきる泳力のある方
 - 日時 9月7日(日) 9時～
 - 場所 新宮温水プール
 - 参加料 1人800円
 - 申込締切 8月30日(土)
 - 申込先 新宮温水プール
(☎75・5151)

区分	自由形	背泳ぎ	バタフライ	平泳ぎ	個人メドレー	板キック	フリー	メドレー
A 小学3年生以下	25m 50m 100m	25m 50m 100m	25m 50m 100m	25m 50m 100m	100m 200m	25m	100m 男子	100m 男子
B 小学4～6年生							100m 女子	100m 女子
C 中学生							100m 混合	100m 混合
D 高校生							※区分は問いません	
E 一般							※区分は問いません	

揖保川スポーツセンター

- 第2期トレニーング教室受講生募集**
- 内容 ベンチプレスやダンベルなど、ジム内の器械を使用し、健康づくり・筋力アップを目指します。
 - 指導者 菊妻康司氏(市内在住)シドニーオリンピック大会、ウエイトリフティング競技に出場)
 - 講習期間 9月～11月の毎週火曜日 19時30分～20時30分 計10回
 - 受講資格 たつの市在住者で、中学生以上の男女。ただし、中学生については、保護者の送迎可能な方
 - 募集定員 10人(定員を越えた場合は抽選)
 - 受講料 1人3,000円
 - ▼揖保川スポーツセンター
(☎72・5567)



御津体育館

- 卓球講習会参加者募集**
- 気軽に楽しめる身近なスポーツ卓球。この機会に基本から習ってみませんか。
- とき 9月24日(水)から毎週水曜日 10時～12時 全10回
 - ところ 御津体育館
 - 対象 たつの市在住・在勤で卓球初心者
 - 参加料 無料
 - 定員 20人
 - 持参品 体育館シューズ(ラケットは貸出します)
 - ▼御津体育館(☎322・3012)

国体開催記念 デモスポ競技大会開催

- 「のじぎく兵庫国体」において、たつの市で実施されたデモスポ競技大会を開催します。
- とき 9月28日(日)
 - ところ 新宮スポーツセンターほか
 - 種目 ペタンク、バウンドテニス、綱引き、ファミリーバドミントン
 - 開催要項等 詳細については、今後発行する広報たつの等でお知らせします。
 - ▼体育振興課(☎63・2261)

第3回野見宿禰杯 わんぱく相撲大会 参加者募集

- 相撲の元祖・神様として祀られている野見宿禰を顕彰し、相撲を通じて青少年の健全育成を目的に相撲大会を開催します。
- とき 10月4日(土) 9時開会 9時45分競技開始予定
 - ところ 誉相撲場(誉隣保館敷地内)
 - 参加対象者 市内小学生男子児童
 - 競技方法 予選変則リーグ方式、上位者は決勝トーナメントに進む
 - 申込方法 各小学校で取りまとめ、事務局へ申込
 - 申込締切 9月10日(水)
 - ▼野見宿禰杯わんぱく相撲大会実行委員会事務局(龍野体育館内)(☎63・2261)



保健だより

はつらつセンター ☎0791・63・2112
 新宮保健センター ☎0791・75・3110
 揖保川保健センター ☎0791・72・6336
 御津保健センター ☎079・322・3496

麻しん風しん混合(MR) 予防接種を受けましょう!

昨年、麻しんが10代・20代の年齢層を中心に流行しました。そこで、本年4月から、麻しんワクチンを1回しか接種していない中学生・高校生世代を対象に、麻しん風しん混合(MR) 予防接種を実施しています。

※対象者下表参照

6月までの3カ月間で接種された方もありますが、まだまだ未接種の方が多いのが現状です。

麻しんは、かかると重症となる確率が高い疾患です。早期の接種をお勧めします。

特に、中学生・高校生は、夏休み期間を利用して、積極的に接種しておきましょう。

対象者には、すでに予防票を配布していますが、紛失された方は、はつらつセンターまたは各保健センターにお越しください。



	対 象	対象生年月日
1期	生後12カ月～24カ月まで	
2期	小学就学前の1年間	H14.4.2生～H15.4.1生
3期	中学1年生相当年齢	H7.4.2生～H8.4.1生
4期	高校3年生相当年齢	H2.4.2生～H3.4.1生

【接種期間】 2期・3期・4期対象者は、平成21年3月31日まで

市民ドック(個別健診) 健診項目変更のお知らせ

市民ドックのうち、特定健康診査を受診する際には、特定健康診査受診券が必要です。国保加入者へは、すでに受診券を発行していますが、再発行も可能です。本庁国保年金課・はつらつセンター内健康課・各保健センターまでお問い合わせください。

○特定健康診査項目変更

〔検診内容〕

生化学検査(8項目)に腎機能検査として尿酸・クレアチニンを追加、尿検査(糖・蛋白・潜血)から潜血を削除します。

○医療機関を追加

正条クリニックで大腸がん検診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検査が追加となりました。

▼健康課(☎63・2112)

ロゴマークは、社会全体が一体となって子どもを、社会全体をはしかから守る「はしかゼロ」という目標へエネルギーが向かう様イメージしたものです。

乳幼児相談・教室

事業名	会場	はつらつセンター	新宮保健センター	揖保川保健センター	御津保健センター
赤ちゃん相談		9/10 10:00～11:30 乳児(希望者)	9/9 10:00～11:30 乳児(希望者)	9/19 10:00～11:30 乳児(希望者)	9/2 10:00～11:30 乳児(希望者)
キッズ相談		9/4 10:00～11:30 幼児(希望者)	9/1 10:00～11:30 幼児(希望者)	8/22 10:00～11:30 幼児(希望者)	8/19 10:00～11:30 幼児(希望者)
もぐもぐ教室 (離乳食教室)		8/28 9:45～10:00 乳児とその保護者	8/27 9:45～10:00 乳児とその保護者		
パクパク教室 (幼児食教室)		8/27 9:45～10:00 食に不安のある幼児と保護者			
ほのぼのおふくろ 料理教室		9/17 9:45～10:00 乳幼児をもつ保護者	8/21 9:45～10:00 乳幼児をもつ保護者及び妊婦		8/27 9:45～10:00 乳幼児をもつ保護者及び妊婦
自主トレーニング講習会		8/25 18:30～20:30 9/11 9:30～11:30 40歳以上の市民		(健康運動アドバイス) 9/12 9:00～12:00 40～64歳の市民	
参加方法	赤ちゃん相談、キッズ相談	予約の必要はありません。実施時間内に会場へお越しください。			
	もぐもぐ教室、パクパク教室、ほのぼのおふくろ料理教室、自主トレーニング講習会 健康運動アドバイス	予約が必要です。 実施日の3日前までに電話で予約してください。			