

### きたひろ健康ポイント事業

ボランティア活動のほか、各種検診の受診、健康づくりや温泉施設の利用でポイントを貯め、奨励金などに交換する事業です。現在ポイント付与対象の温泉施設である竹山高原温泉、北広島温泉、楓楓、里の森天然温泉、ゆにに加え、エスコンフィールドHOKKAIDO tower eleven onsen&saunaが新たにポイント付与の対象施設となりました。詳しくは、市役所などで配布している「きたひろ健康ポイント手帳」をご覧ください。

**問合せ** 高齢者支援課（内線2172）

### きたひろ健康ポイント対象事業 健康づくりセミナー

一人一人に合わせた運動指導や運動メニューの作成、食事についての個別相談を行います。

**対象** 65歳以上の方（介護保険要介護認定者を除く）

**日時・会場** ●6月21日(水)、7月26日(水)、8月23日(水) 保健センター ●7月5日(水)、8月2日(水)、30日(水) 大曲会館 ●7月7日(金)、8月4日(金)、9月8日(金) 西の里会館 ●9月27日(水)、10月25日(水)、11月22日(水) 保健センター ●9月25日(月)、10月30日(月)、11月27日(月) 団地住民センター いずれも

9時30分～16時45分間の75分間（各会場全3回）

**定員** 各会場先着8人

**申込み** 5月17日までに健康推進課（内線1222）

### 日本脳炎予防接種(特例措置)

次の対象の方は、日本脳炎の予防接種が無料で受けられます。接種期間を過ぎると全額自己負担となるので注意してください。

**対象** 平成19年4月1日以前に生まれた20歳未満

**接種期間・回数** 20歳に達するまでに4回接種

\*無料で接種できる期間が限られるため注意してください。過去に接種歴がある方は残りの回数を接種できます。

**接種間隔** 6日以上（3回目は2回目から6カ月以上）間隔を開けて接種

\*通常接種については、25ページをご覧ください。

**問合せ** 健康推進課（内線1205）

### 健診結果説明会(個別相談)

生活習慣病の予防や改善のために、健診検査の検査数値と病気との関連や生活習慣の工夫について相談に応じます。

**対象** ●特定健診や後期高齢者健

診などの健診結果をお持ちの方

●職場で受けた健康診断の結果をお持ちの方

**日時・会場** ●5月19日(金) 大曲会館 ●5月22日(月)・29日(月) 保健センター(市役所1階) ●5月23日(火) 西の里会館 ●5月26日(金) 団地住民センター いずれも10時30分～15時30分

\*5月29日(月)はオンラインでの面談もできます。5月22日までに申し込んでください。

**持ち物** 健診結果(必ず持参してください)、お薬手帳(ある方のみ)

**申込み** 各開催日の前日までに健康推進課（内線1222）

### こころの健康相談

**対象** 心の健康について、悩んだり困ったりしている方か家族

**日時** 5月16日(火) 13時30分から

**会場** 恵庭市保健センター(恵庭市緑町2丁目1-1えにあす)

**相談員** 精神神経科医師、保健師

\*相談日以外も、千歳保健所への来所や電話で相談を受け付けます。

**申込み** 5月12日までに千歳保健所(☎01233233175)


### 催し

#### 自然観察会

春のレクリエーションの森を歩

北のまちから あったかハート 社会福祉協議会（栄町1丁目5-2北広島エルフィンビル内・☎372-1698）

### 手話講習会 初級講座、中級講座



**対象・定員**

- 初級＝市内にお住まいか通勤・通学していて、手話に関心がある小学5年以上（先着20人・初心者優先）
- 中級＝手話による日常会話がある程度できる18歳以上で、受講試験に合格した方（先着10人）

\*5月31日(水)の18時30分から受講試験があります。再受講者は試験が免除されます。

**日程**

- 初級＝6月7日～10月25日の各水曜（全21回）
- 中級＝6月7日～12月6日の各水曜（全27回）

**時間** 18時30分～20時30分

**会場** 北広島エルフィンビル2階

**申込み** 5月30日までに、直接か電話で社会福祉協議会

\*感染症対策のため中止や日程の変更、中級講座はオンライン会議ツールZoomを活用した配信になる場合があります。

### 展示スペースを利用しませんか

北広島エルフィンビル2階にある交流スペースの一部を展示などで使用できます。詳しくは、問い合わせください。

**対象** 市内にお住まいか通勤・通学している方

\*個人・団体は問いません。

**展示スペース** 交流スペース内の指定した場所（机2本分とパネル4枚まで）

**利用期間** 2週間以内

**展示の範囲** ●社会福祉、社会教育、学校教育に関するもの ●地域の活性化、振興など地域事業につながり公共性があるもの など

**内容** 自分で作成した絵画・写真・書・工芸品など

### はじめませんか 収集ボランティア

社会福祉協議会ではリングプルや使用済み切手、書き損じはがきを集めています。一定量が貯まったら、各関係団体に送り活用しています。

- リングプル＝リングプル再生ネットワーク金属回収業者がリングプルを買い取り、約700kgになると車いす1台と交換できます（変動あり）
- 使用済み切手＝（公財）緑の地球防衛基金が、海外の植林活動のための経費に充当します
- 書き損じはがき＝郵便局で切手やはがきに交換し、社会福祉協議会の活動に役立っています