

傾聴ボランティア 「えくぼの会」



心に溜まったことや、気になること、心配な事、話してみませんか。「えくぼの会」会員がお話を聴きます。

※個人の秘密は厳守します。

- 日時／1月16日(水) 10:00～14:00
- 会場／角館交流センター
- 連絡先／仙北市保健課 ☎ 55-1112

糖尿病の正しい知識を学びましょう！ 「糖尿病予防教室医師講演会」



「糖尿病」は、自覚症状が現れにくい病気で、気がつかないうちに腎不全や失明などの合併症を引き起こします。今、あらためて糖尿病について学び、生活習慣を見直してみませんか？

- 皆さんご参加お待ちしております！
- 講演／糖尿病対策のポイント、治療の潮流～糖尿病を主とした

生活習慣病全般の話題と関連して～

- 講師／高橋医院 高橋 理論 先生
- 日時／1月17日(木) 13:00～14:30
- 受付時間／12:40～13:00
- 会場／田沢湖健康増進センター(田沢湖病院隣り)
- 申込締切／1月15日(火)
- 申込・問合せ／仙北市保健課 ☎ 55-1112

精神科医師による 精神保健福祉相談



精神科医師が、心の病気で悩んでいる方や家族の方の相談を受けます。なかなか病院へ相談にいけない方は、まずは保健所で相談してみませんか。

- 日時／1月10日(木)、2月14日(木)、3月14日(木) 16:00～17:00
- 会場／大仙保健所
- 問合せ／大仙保健所 ☎ 0187-63-3403

中高年のための 「笑いでいきがづくり教室」



～心の健康・自殺予防事業～

笑いは百薬の長と言われ笑いの効用として「ストレス解消、前向きな気持ちになる、がん細胞にもよい効果、生活習慣病の改善」などがあります。みんなで笑って、心も体も元気になりましょう。

- 会場／健康管理センター(角館)
- 日程・主内容／
1月18日(金) 笑いヨガ
2月15日(金) 軽体操(楽しく体を動かします)
3月6日(水) 笑いヨガ
3月19日(火) 笑いヨガ
- 時間／
受付 9:30～9:50 終了時間(予定) 11:30
- 申込締切／1月11日(金)

- 会場／田沢湖健康増進センター
- 日程／▶2月19日(火) 午前 ▶3月4日(月) 午後 ▶3月18日(月) 午後
- ※詳しくは、後日広報でお知らせします。
- 申込・問合せ／仙北市保健課 ☎ 55-1112



1月 献血 日程



- 日時・場所／8日(火)
♥ 10:00～12:20 ワンダーモールタカヤナギ
♥ 13:40～14:40 仙北警察署
♥ 15:00～16:00 (株) 唐土庵いさみや
- 問合せ／仙北市保健課 ☎ 55-1112

仙北市農山村活性課からのお願い

秋田県では絶滅したとされているニホンジカが、ここ数年、市内各地で度々見受けられるようになり、昨年は3頭が交通事故により負傷または死亡しています。

これらのいずれもが国の特別天然記念物ニホンカモシカと間違われて教育委員会に通報されていますが、今後、ニホンジカの交通事故等の情報は「農林部農山村活性課林務係」にお願いします。

カモシカに関する情報は、今までどおり教育委員会文化財課へご連絡願います。

なお、仮にニホンジカが生息・繁殖しているとすれば、今後、農作物・林産物等への被害も心配されることから、ニホンジカを見かけた場合は一刻も早く農山村活性課にお知らせくださるようお願いいたします。

「ニホンジカ」の連絡先
農山村活性課 ☎ 43-2207



「カモシカ」の連絡先
文化財課 ☎ 43-3384



大腸がん撲滅キャンペーン

仙北市の皆様、明けましておめでとうございます。平成22年度に仙北市で大腸がん撲滅キャンペーンがスタートし、「大腸がん検診の研究(比較試験)」がその一環として位置づけられ、およそ3,000人もの仙北市民の皆様に参加いただきました。この場を借りて改めて、厚く御礼申し上げます。

この研究が市の事業として行われているのは、できるだけ多くの市民の皆様にご参加いただき、大腸がんの撲滅につなげたいという仙北市の方針と研究の目的が一致したためです。

研究ご参加の皆様は引き続き無料で大腸がん検診を受け続ける事ができます。この機会をご自身の健康増進にお役立ていただけますと幸いです。

仙北市ではまだまだ研究参加の受付を行っております。まだ参加しておられない方は、ぜひ健康管理センターまでお問い合わせください。

本年も皆様に健康と笑顔が訪れますよう。

「大腸がん検診の研究(比較試験)」研究事務局責任者
独立行政法人 国立がん研究センター
がん予防・検診研究センター
検診研究部 部長 斎藤 博



1～3月の検診日程表

	検診日程	受付時間	検診会場
1月	10日(木)	11:00～14:00	西木総合開発センター
	20日(日)	9:30～12:00	神代就業改善センター
	24日(木)	11:00～14:00	田沢湖総合開発センター
	31日(木)		健康管理センター(角館)
2月	14日(木)	9:30～12:00	神代就業改善センター
	17日(日)		健康管理センター(角館)
	21日(木)		田沢湖総合開発センター
3月	10日(日)	9:30～12:00	西木総合開発センター
	11日(月)	11:00～14:00	神代就業改善センター



- 問合せ／
仙北市健康管理センター
☎ 55-1112