

◎健康づくり課（保健センター）
 ☎ 973・3700、FAX 976・8896
 ◎ 411・0832 南二日町 8・35

【凡例】

時とき・場場所・内内容・講講師・費費用（記載なしは無料）・対対象・定定員
 持持ち物・注注意事項・申申込み（記載なしは不要）・問問合せ

講座・募集

マタニティセミナー

時 12月6日(木)

午後1時30分～4時

場 保健センター東館

※ 申込み不要

内 歯科健診、ブラッシング指導、
育児体験など

対 市内に住民登録のある妊婦

持 母子手帳、テキスト（「ママパ

パ学級」）、筆記用具、手鏡、歯
ブラシ、コップ、飲み物、厚手
の靴下（冷える人）

問 健康づくり課

12月産前産後ケアセミナー

時 12月21日(金)

午後1時30分～4時

場 保健センター東館

内・対

① 妊婦20人…マタニティスト
レッチ、助産師講話など

② 平成30年6月～7月生まれ

の乳児の母10人…ひめトレ

エクササイズ～めざせ♡骨

盤美人くなど

持 母子手帳、飲み物、筆記用具、

運動のできる服装、託児する

場合は赤ちゃんの身の回り品

託児 1歳未満児の託児10人ま

で（申込み時に要連絡）

※1歳以上の子を連れての参加

不可

申・問 12月14日(金)までに

健康づくり課

お願い においに敏感な人もいます
ので、妊婦向けセミナーでは、香
水などの使用はお控えください。

お知らせ

特定健診・健康診査の未受診者
に集団健診を追加で実施します

時 平成31年1月19日(土)

午前9時～11時30分

場 保健センター

対 国民健康保険加入者（35歳以

上）または後期高齢者医療制

度加入者で、平成30年度の特

定健診・健康診査を受診して

いない人

※人間ドックの申込みをしてい

ない人

費 年度末年齢69歳までは1500

円、70歳以上の人は500円

持 ①国民健康保険証または後期

高齢者医療制度受給者証

②平成30年度の受診カード

（桃色）

その他 希望者には、体組成計

測定や超音波骨密度測定も実

施します。

申・問 12月27日(木)までに

健康づくり課

※メール可 kenkou@city.mis
hima.shizuoka.jp

医療従事者の皆さんへ

2年に1度の「業務従事の届出」

をお忘れなく

12月中旬頃、県から各職場を

通じて配布する「届出票」を保

健所へ提出してください。

【提出期限】

平成31年1月15日(火)

【提出先、問合せ先】

① 医師、歯科医師、薬剤師

提出先 就業地または住所地を

管轄する保健所

問 県健康福祉部管理局政策監付

企画班

☎ 054・221・3357

② 保健師、助産師、看護師、准

看護師、歯科衛生士、歯科技

工士

提出先 就業地を管轄する保健所

問 県健康福祉部医療健康局地域

医療課看護師確保班

☎ 054・221・3762

Pick Up!!

歯科医院はお口の健康サポーター

■ かかりつけ歯科医をもちましょう

歯を失う主な原因はむし歯と歯周病です。特に歯周病は初期の段階では自覚症状がほとんどないため、本人が気づかないうちに進行します。定期的にかかりつけ歯科医でチェックを受けましょう。

■ 歯周病検診を受けましょう

歯周病は、心臓血管系疾患、呼吸器系疾患、糖尿病など全身の健康にも悪影響をおよぼします。

市が実施している歯周病検診を受けましょう。

対 平成30年3月31日現在で40・45・47・50・52・55・58・60・65・70歳の人

検診期間 12月20日(木)まで

自己負担金 500円（70歳の方は無料）

検診場所 市歯周病検診実施医療機関54カ所

※詳細は歯周病検診受診券、市ホームページ

問 健康づくり課

申込時の【基本事項】 メール・はがき・FAXなどの場合、必ず①事業名②郵便番号・住所③電話番号④参加者全員の氏名（ふりがな）・年齢・学年⑤保護者氏名⑥返信用あて名（往復はがきの場合）

◎市民体育館
☎ 987・7570、FAX 987・2909
◎市民温水プール
☎ 980・5757、FAX 980・5775
◎スポーツ推進課
☎ 987・7571、FAX 987・8550
☎ 411・0033 文教町2・10・57
◎指定管理者ホームページ
http://www.sports-info.jp/

【凡例】 時とき・場場所・内内容・講講師・費費用（記載なしは無料）・対対象・定定員・持持ち物・注注意事項・申申込み（記載なしは不要）・問問合せ

募集

宝探しゲームin市民温水プール

時 11月23日（金・祝）、24日（土）、25日（日）①午前10時50分②午後2時50分

2時50分

場 市民温水プール※要入場料

対 オムツの取れている3歳〜小学校2年生※親子での参加

定 各回先着35組

申 当日①午前10時30分②午後2時30分からプールサイドで受付

問 市民温水プール

初級障がい者スポーツ指導員

補助金

講 講習会：12月24日（月・振休）、

平成31年1月13日（日）、14日（月・祝）

場 県総合社会福祉会館703会

Pick Up!!

第6回三島市民水泳競技大会

時 平成31年2月17日（日）▶午前8時30分：開場、ウォーミングアップ、スタート練習▶午前9時45分：開会式▶午前10時：競技開始

場 市民温水プール

	種目
25m	自由形・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ
50m	自由形・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ
100m	自由形・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ・個人メドレー
200m	自由形・個人メドレー
4×25m	フリーリレー・メドレーリレー
4×50m	フリーリレー

※小学生、中学生、高校生、一般の部門に分かれて競技
※障がいの部は25m自由形のみ開催

対 25m以上泳ぐことができる小学生以上※障がいの部は、選手1人につき1人の介護者が必要

費 個人種目1種目400円、リレー種目1種目1,000円

競技方法 ①日本水泳連盟競技規則による②全種目タイムレース決勝③競技の進行上、男女同種目、同時に行う場合あり

注 ▶個人の部…1人3種目以内※リレーを除く▶リレー…1団体につき2チームまで▶リレーのメンバーは、個人種目出場者の中から選出する

申 平成31年1月12日（土）午後8時までに申込用紙（ホームページからダウンロード可）に必要事項を記入し、参加費を添えてプール受付

表彰 参加者全員に記録証を授与

問 市民温水プール

議室、静岡市中央体育館

内 初級障がい者スポーツ指導員養成講習会の参加者に対し、受講料やテキスト代などを補助※上限…1万5300円

対 市内在住の人

定 3人※応募多数時抽選

申 ▶講習会…11月22日（木）までに公益財団法人静岡県障害者スポーツ協会（静岡市葵区駿府町1・70）▶補助金…12月7日（金）午後5時までにスポーツ推進課

問 ▶講習会…公益財団法人静岡県障害者スポーツ協会

☎ 054・221・0062

▼補助金…スポーツ推進課

第28回すいすいみしま記録会

時 12月9日（日）

午後0時20分～1時30分

※午前9時30分から入場可

場 市民温水プール

内 ▶4種目…25m、50m、100m、200m▶個人メドレー…100m、200m

費 入場料※午後の部の利用は別途入場料が必要

対 25m以上泳げる人

定 30人（1人2種目まで）

申 12月8日（土）までにプール受付

で氏名、年齢、種目を記入※

応募多数時抽選

問 市民温水プール

お知らせ

北上中学校のナイター設備を

リニューアル

独立行政法人日本スポーツ振興センターの「スポーツ振興くじ助成金」を受け、北上中学校の夜間照明設備を環境に配慮したLEDに変更しました。
問 スポーツ推進課