

なるほど!

# 健康コーナー

## 「転倒予防のための運動教室」 参加者募集のお知らせ

転倒予防のための知識を学び、家庭での運動習慣を身につけるための運動教室です。

- 参加資格**
- ① 65 歳以上
  - ② 過去 1 年間の間に転倒あるいは転びそうになったことのある人(氷・雪道は除く)で、転倒に対して不安を感じている人
  - ③ 介護保険の認定を受けていない
- 以上の 3 つの条件を満たす方

**実施期間** 8 月～ 10 月 (3 か月間) 毎週 1 回

**実施内容** 個別(メニューでの運動指導)・集団での運動指導および講話

**実施場所** 山東老人福祉センター、和田山保健センター、生野保健センター、朝来福祉多目的ホール

**募集人員** 各支所 10 名程度  
個別に運動プログラムを作成するため、人数を限らせていただきます。定員になり次第締め切らせていただきますのでご了承ください。

**申込・受付** 7 月 20 日(水)までに健康課または各分室に連絡してください。

**参加費** 無料  
**その他** 通所方法については原則ご自分でしていただきますが、困難な場合は送迎等ご相談に応じます。



**問い合わせ**

朝来市健康課(和田山保健センター) TEL 672 - 5269  
 生野分室(生野保健センター) TEL 679 - 4890  
 山東分室(山東庁舎内) TEL 676 - 2080(代)  
 朝来分室(朝来庁舎内) TEL 677 - 1165(代)

## 第 2 回朝来市高齢者歯のコンクール 参加者募集

いくつになっても、自分の歯で食べることができるのは、楽しみであり、喜びです。歯や口の中の健康に注意し、健やかな生活を送ることが食生活を豊かにし、身体の健康にもつながります。市では、8020 運動(『80 歳まで 20 本の歯を保ちましょう』)の達成にむけ、下記のとおり歯のコンクールを実施します。参加をお待ちしています。

◇日時 7 月 27 日(木) 13:30 ~  
◇場所 和田山保健センター〔朝来市健康課〕  
朝来市和田山町立ノ原 26

◇実施内容 歯の審査及び表彰(朝来市長賞・優秀賞・8020 賞・すこやか賞)

◇応募資格 朝来市に住所を有する年齢 65 歳以上の人で、健康で自分の歯を 20 本以上持っており、むし歯があっても完全に治療されている人

◇応募方法 ハガキまたはファックスに、住所・氏名・生年月日・電話番号を記入の上、7 月 13 日(木)までに朝来市健康課(和田山保健センター)宛(和田山町立ノ原 26 番地)に応募してください。

◇問い合わせ 健康課(和田山保健センター)  
TEL 672 - 5269 FAX 672 - 5369



## 平成 18 年度特定疾患医療受給者証 継続交付申請手続きについて

特定疾患医療受給者証の継続交付を希望される方は、下記により手続きを行ってください。

**対象者**  
有効期間が平成 18 年 9 月 30 日までの特定疾患医療受給者証をお持ちの方で、平成 18 年 10 月 1 日以降も引き続き受給者証の交付を希望される方

**申請期間**  
平成 18 年 7 月 3 日(月)～ 9 月 29 日(金)

**申請窓口**  
兵庫県和田山健康福祉事務所健康増進課

**必要書類**

- ・継続交付申請書
- ・臨床調査個人票(診断書)
- ・世帯全員の住民票
- ・世帯の生計中心者の平成 17 年度の所得税額を証明する書類
- ・重症申請書(重症申請される方のみ必要です。)
- ・重症申請用診断書(同上)

※ 疾患や重症度により必要書類が異なりますので、詳しくはお問合わせください。

**申請上の注意**  
受給者証がお手元に届くまでに審査会から 1 か月程度かかりますので、出来るだけ 8 月末日までに申請してください。申請が 9 月以降になると、受給者証が 10 月までに届かない場合があります。

**問い合わせ**  
兵庫県和田山健康福祉事務所健康増進課 TEL 672 - 6869