

明日香村国民健康保険に加入されている40～74歳の皆様へ

～特定健診が受けられるのは2月末までです～

今年度の特定健診が受診可能な期間は、2月28日(月)までです。

まだ特定健診を受診していない方は、2月中にお受けください。

受診したい医療機関に問い合わせ・予約を行ってから、受診券を持って受診してください。

受診券の再発行や、医療機関の案内は健康づくり課までお問い合わせください。

【問い合わせ】健康づくり課 ☎54-5550

オレンジカフェにきてみませんか?

オレンジカフェは、認知症を予防したい方や認知症の事を知りたい方、認知症を抱えておられるご家族の方、どなたでも参加していただけます。

【日時】2月21日(月) 14時～15時

【参加費】一人 100円

【場所】健康福祉センター

※要申込 2月15日(火)まで

【内容】ハンドメイド小物を作ってみましょう

【問い合わせ】健康づくり課 地域包括支援センター

☎54-5552

明日香村健康ステーション拠点活動

今月の健康ステーション拠点活動日は以下の通りです。活動量計の貸出や診断をご希望の方は活動日にお越しください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、来所される際にはマスク・手指消毒など、感染対策へのご協力をお願いします。

【お知らせ】

- ・今年度の健康ステーション開催および健康ポイントの付与は2月末までです。
- ・活動量計の管理・点検のため、活動量計を借りている方は、2月末までに一旦返却してください。続けて利用を希望される方は、来年度(令和4年度)の健康ステーションで借りていただくことができます。

【日時】2月9日(水)・2月25日(金)

受付時間：10時～正午

※ご注意ください!

今月の健康ステーションは、両日とも午前中のみ開催です。

【内容】

- ・おでかけ健康法の紹介
- ・活動量計の貸出・診断・返却
- ・健康チェック
血圧測定、体組成測定(体脂肪や筋肉量など)測定

【場所】健康福祉センター

【利用料金】無料

【注意事項】参加申込は不要です。

【問い合わせ】健康づくり課 ☎54-5550

あすかゆったり

太子の湯 イベントカレンダー



<営業時間>
10時～
最終受付 20時30分
閉館 21時

太子の湯		火	水	木	金	土	日	月
さら	大海							
女	男	1	2	3	4	5	6	7
男	女	8	9	10	11	12	13	14
女	男	15	16	17	18	19	20	21
男	女	22	23	24	25	26	27	28

休館日:

- 2月は、6日・25日が「風呂の日」です。
当日券でご入浴のお客様に無料券進呈!
回数券ご購入のお客様には2枚進呈!

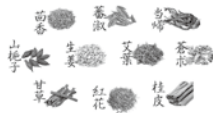
女湯限定白湯

●2月13日(日) 薬仁湯

《漢方薬》抗アレルギー作用等具体的に検証された薬用入浴剤です。

●2月27日(日) ショウガ湯

血行が促進されますので、冷え症や肩こりといった症状の和らぎが期待できそうです。そして新陳代謝が良くなることから発汗作用も促され、湯上がりはいつまでもポカポカです。



●新型コロナウイルスワクチン集団接種に伴う休館のお知らせ

26日(土)は新型コロナウイルスワクチン集団接種の会場となりますので臨時休館とさせていただきます。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

●健康マージャン教室

毎月第1・3水曜日 9時～正午
全く知らない方でも大丈夫。初心者向きです。
人気の講師が分かりやすく進めていくので安心です。

●絵手紙教室生徒募集中

毎月2・4水曜日 9時～正午
どなたでも気軽に絵手紙を楽しめます。
詳しくはセンター受付までお尋ねください。

●定期更新/新規受付

2月24日(木)～2月27日(日)
高齢者3,000円/大人5,000円

●cafe きとら

営業時間
10時30分～16時(ラストオーダー15時30分)
☎54-5610(直通)

●ほぐし屋 楽楽

*施術可能日は、ほぐし屋楽楽掲示板およびセンター受付までお尋ねください。

入れ墨・タトゥーのある方、泥酔の方のご入浴は固くお断りします。

明日香村健康福祉センターたちばな

明日香村大字立部745番地 ☎54-5330