

明日香村健康ステーションからのお知らせ

今月の健康ステーション拠点活動はお休みです。

- ・活動量計の管理・点検のため、借りている方は、3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、令和4年度に借りていただくことができます。
 - ・令和4年度は、5月開始の予定です。骨密度測定などの健康測定や、健康に関する講話も実施します。広報あすか5月号に年間予定を掲載します。
- 【問い合わせ】健康づくり課 ☎54-5550

オレンジカフェ和に來てみませんか？

認知症を予防したい方や認知症のことを知りたい方、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】3月18日（金） 14時～15時

【参加費】一人 100円

【場所】健康福祉センター
※申込不要

【内容】一年の振り返りをしてみましょう

【問い合わせ】健康づくり課 地域包括支援センター
☎54-5552

大腸がん検診を受けませんか？

～健康福祉センターに持って行くだけの気軽な検診です～

罹患者数が近年増加している大腸がんは、進行するまでほとんど自覚症状がなく、気がつきにくい病気です。

定期的な受診により、早期発見・早期治療が可能になります。早期のうちに治療すれば95%以上が治るといわれていますので、1年に1回大腸がん検診を受けましょう。

今回、明日香村健康福祉センターで『大腸がんポスト検診』を下記のとおり実施します。

受診をご希望の方は、問診票と便潜血検査キットをお渡ししますので（郵送も可）、電話または窓口で、健康づくり課までお申し込みください。

●大腸がんポスト検診

【申込期限】3月7日（月）17時まで

【実施日時】①3月15日（火）9時～正午

②3月22日（火）9時～正午

※時間厳守

【提出方法】

健康づくり課窓口を設置している「大腸がん検診ポスト」に、検便と問診票を提出してください。

【受診できる方】

今年度（令和3年5月以降）大腸がん検診を受けていない、40歳以上の方

※年度内に重複して受けることはできません。

【結果通知】

個別に郵送で通知します。（1ヶ月程度かかります。）

【申し込み・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 3月

＜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
さらら	大海人							
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
女	男	29	30	31				

休館日：□

●毎月26日は「風呂の日」

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！

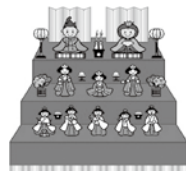
●女性限定入浴剤

・3月13日（日）薬仁湯

古来より健康維持のために親しまれてきた薬湯です。

・3月27日（日）瑞恵泉

肌にやさしい香り豊かな薬湯です。
じっくり身体を温め、痛みをやわらげます。



●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人気講師が丁寧にゆっくりとわかりやすく解説してくれますので安心です。

●絵手紙教室

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

3月27日（日）～3月31日（木）
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）
定休日：日曜日・祝日・月曜日
☎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