

トレーニングルームの機器をリニューアル

アクティブサイクルが入りました。ペダルをこぐことで、カロリーを消費して脂肪燃焼や足やおしりの筋肉を増やす効果が期待できます。

<トレーニングルーム利用可能時間>

月から金曜日 午前9時から午後5時
火・木曜日 午後5時から午後8時

<トレーニングルームで運動している方にお聞きしました>

- ◎20歳代男性 「体力づくりのために来ています」
- ◎20歳代女性 「おなか周りが引き締まったように感じます」
- ◎50歳代女性 「近くで、無料で運動ができるから続いています。結構食べますが、太りにくくなったように思います」
- ◎40歳代男性 「夜間のトレーニング目的です。1年中運動できるのが良いです」
- ◎60歳代女性 「運動不足を実感したので来ました。継続は力なりだと思っています」



ぜひ、運動しやすい格好で一度のぞいてみてください。

問 広野町保健センター ☎0240-27-3040

肝炎ウイルス検査は受けましたか？ 7月28日は日本肝炎デーです。

日本人の約100人に1人が感染していると推計されるウイルス性肝炎は、国内最大級の感染症と言われ、肝がんの原因の8割を占めます。

また、40歳以上で一度も肝炎ウイルス検査を受けたことのない方は、総合健診で肝炎ウイルス検査（無料）を行っています。総合健診の詳細は6月号チラシをご覧ください。

問 広野町保健センター ☎0240-27-3040

ひろの健康ポイント事業がはじまりました

広野町では、総合健診（特定健康診査）の受診、地区集会所で開催されている地区のつどい・いきいき百歳体操、パークゴルフ大会など、対象活動に参加すると、ポイントを獲得することができ、獲得したポイント数に応じて賞品を贈呈いたします。

40歳以上の町民の皆様が、これまで以上に健康づくり・介護予防の活動へ参加し、生活習慣病の発症や重症化予防、健康寿命の延伸を図ることを目的に実施いたします。

昨年度、広野町は福島県で最も、お達者度（65歳から健康な期間の平均年数）が短い町となりました。この指標を改善するため、これまで以上に町民皆様の「健康づくり」「介護予防」に力を入れてまいります。町民皆様の参加により、この目標を達成することが可能となります。

該当するポイント事業に、是非ご参加いただき皆様で広野町を盛り上げていきましょう！

健康ポイントカードは、広野町役場 健康福祉課、広野町保健センター、広野町社会福祉協議会、広野町地域包括支援センターにて配布しております。

問 健康福祉課 ☎0240-27-2113



げんキッズのご案内

「げんキッズ」は、就学前のお子さんを対象に、テーマ遊びや保護者同士で情報交換をする場で、保育士などによる育児相談なども行っています。

第2、第4木曜日の午前10時～午前11時30分です。みなさんの参加をお待ちしています。

開催日	会場	内容
7月11日(木)	広野町児童館	夏まつり
7月25日(木)	広野こども園	水あそび
8月8日(木)	広野こども園	プールあそび
8月22日(木)	広野こども園	水あそび

遊技交流会が広野町公民館で始まりました！！



令和元年6月12日（水）より、遊技交流会が広野町公民館に場所を移動して開催しております。ここでは、「（お金を）賭けない・（アルコールを）飲まない・（たばこを）吸わない」を必ず守っていただき、健康的に遊技を行います。

将棋、オセロ、麻雀の3種類を準備しておりますので、是非足をお運びください。

○開催予定：6月26日（水）、7月10日（水）
7月24日（水）、8月21日（水）
午後1時～午後4時
※途中の参加・退会は自由です！！

○開催場所：広野町公民館 1階会議室

問 相双文化発信センター 代表 吉野州一 ☎090-9632-0908

地域の見守りを構築！！ 「まるごと応援隊ネットワーク」 協力者団体募集中！

広野町では、普段の生活の中で高齢者や子どもなどの異変を感じた際に、広野町役場などに連絡をいただき、早期発見・対応・支援ができる体制の取り組みを目指すべく、まるごと応援隊ネットワークを構築し、ご協力いただける団体を募集しております。

1人でも多くの方の気付きがあれば、広野町はさらにより良い安心した町へとなっていきます。

ご不明な点、お問い合わせ等、広野町役場健康福祉課までお問い合わせください。皆様のご協力をお待ちしております。

問 健康福祉課 ☎0240-27-2113

