

健康づくり教室開催

今年もフィットネススタジオジョイの蛸沢亮太先生をお迎えし、健康づくり教室（運動教室）を開催します。

有酸素運動（エアロビクスやボクササイズなど）や筋トレ、ストレッチなどの運動に加え、栄養の話を交えながら食生活も考えることができる内容です。一緒に楽しみながら運動をしませんか？

■時 間：19時～20時30分

■会 場：スポーツセンター・健康づくりセンター

■持ち物：タオル、水、上靴（スポーツセンター開催時）

■費 用：無料／■申 込：不要

■お問い合わせ：保健福祉課 健康支援グループ

☎0139-55-4460

※途中からの参加もOKです。お問い合わせの上、お気軽にご参加ください。



開 催 日	10月3日（水）	スポーツセンター
	10月17日（水）	スポーツセンター
	11月6日（火）	健康づくりセンター
	11月20日（火）	健康づくりセンター
	11月27日（火）	健康づくりセンター
	12月5日（水）	スポーツセンター
	12月12日（水）	スポーツセンター
	12月19日（水）	スポーツセンター
	1月9日（水）	スポーツセンター
	1月23日（水）	スポーツセンター

肝がん

検診を受けませんか？

肝臓専門医にかかったことのない方はぜひ肝がん検診を受けましょう！

○検 診 日：10月13日(土) 9時～14時

○検診会場：厚沢部町保健福祉センター

住所 檜山郡厚沢部町新町181-6

電話 0139-64-3311

○検診費用：6,000円

○検診内容：問診、採血、腹部エコー、肝臓専門医による療養相談

○対 象：次にあげる方を中心に受診を勧めています。

①B型肝炎ウイルスを持っている方（HBVキャリア）

②C型肝炎ウイルスを持っている方（HCVキャリア）

③肝臓病のある方

④過去に肝臓病になったことのある方

⑤輸血や血液製剤を使用したことのある方

⑥肝臓病の家族がいたことがある方

○定 員：先着50人

○申込期間：9月7日(金)～9月26日(水)

○申込・お問い合わせ：

肝がん検診団 事務局

☎011-728-1008

受付時間 9時～17時

※(月)(出)(日)祝休み／留守番電話対応

○申 込 後：折り返し受診時刻などの記載した予約票はがきを発送します。

北海道立江差高等看護学院 平成31年度入学生募集

恵まれた自然と歴史・伝統を誇る江差の町で看護師を目指しませんか！

北海道立江差高等看護学院では、平成31年度の入学生を募集しています。

受験区分	一般入学・推薦入学・社会人入学
募集定員	合計40名(推薦・社会人入学試験を含む)
試験日程	推薦・社会人：平成30年10月25日(木) 一 般：平成31年1月8日(火) ～9日(水)
出願期間 (消印有効)	推薦・社会人：平成30年9月14日(金) ～9月28日(金) 一 般：平成30年11月26日(月) ～12月7日(金)
募集要項	募集要項及び出願に必要な各書類は、本学院窓口で配布しているほか、ホームページでも閲覧・ダウンロードできます。インターネットが利用できない場合は、電話でお問い合わせください。

【お問い合わせ】

北海道立江差高等看護学院

(☎0139-52-1417)

江差町字伏木戸町483番地

<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/ekg/>

