

# 西ノ島町健康づくり推進協議会だより

## ☆いきいき☆生きがいづくり がんばってます！

健康づくり推進協議会では、生きがいづくりで頑張っている団体を紹介しています。新たに何かを始めたい方は必見です！趣味サークルや社会活動へ積極的に参加できるような情報を発信していきます！

今回は「さつき会」取材しました。草花の魅力とは？

## 花壇づくりで健康！



作業に参加させていただきながら、明るく、笑顔あふれるみなさんにお話を伺いました★

## ～みて、さわって、育てよう！～

さつき会は現在10名で活動しています。

浦郷地区（シルバー会館～漁協付近）の花壇の手入れ、草抜き、草木の剪定（せんてい）などをおこなっています。当番制で水やりをおこない、年に2回は花壇の植え替えをしています。人数が少ない中でも、協力しながら活動しています。6月にはサルビア、マリーゴールド、11月には葉ぼたん、ビオラを植えています。



## ～会員の方々にお話を聞きました～

### さつき会を始めたきっかけは？

先代の会長さんが中心となってさつきを植えようとしたことから始まりました。男性のメンバーもいたことがあり、総勢約20名で活動していました。

### いきがいをもって生活するために心がけていることは？

さつき会の活動以外にも、まめな会で活動したり、しゃべったり、歌ったり・・・とにかく楽しみながら活動しています！

### やりがいや始めてよかったことは？

花壇をみてくれた方が、「綺麗ですね。」など声をかけてくれると非常に嬉しく感じます。また小学生との交流もあり、様々な人たちと知り合うきっかけにもなっています。花壇を掃除すると自分たちも気分が晴れるので気持ちが良いです。



草花に興味がある方は、一緒に活動してみませんか？

平成29年度から

## 特定健診・後期高齢者健診の受診方法が変わります



受診される際には事前予約が必要になります！

健診をスムーズに行い、受診される方への負担を少しでも減らすために、ご理解とご協力をお願いいたします。

### 健診までのながれ

#### ① 事前に役場へ申し込む

健康福祉課（6-0104）に電話でお申し込みください。



**申し込み期間 4月10日（月）～4月28日（金）**

- 申し込み順にご希望の日程をお聞きします。  
（時間の指定はできませんのでご了承ください。）
- お名前、お住まいの地区、住所（番地）、生年月日、電話番号、ご希望のオプション検査をお聞きします。

※健診日程やオプション検査については、保存版平成29年度検診のおしらせ（3月末配布予定）、または4月号広報誌をご覧ください。

#### ② 自宅に受診券が届く

6月初めに受診券が自宅に届きます。

受診日・時間のお知らせも同封しますので、必ず確認してください。

#### ③ 健診当日

受診時は次のものをご持参ください。

- ①受診券
- ②問診票（事前に記入してきてください）
- ③保険証
- ④健康手帳（お持ちの方）
- ⑤健診料金

#### ④ 結果返し

結果は1か月半後に各地区集会所でお返しします。来られない場合は、役場健康福祉課までお越しください。（結果返しの日程については後日お知らせします。）

※事前予約がない場合でも特定健診・後期高齢者健診を受診することはできますが、予約された方を優先しますので、ご了承ください。

特定健診・後期高齢者健診についてご不明な点は、  
役場健康福祉課（6-0104）までお問い合わせください。