

シニアパワーフェスタ 2024

～ 高齢者体力測定会 ～

多古町在住の65歳以上の方を対象に体力測定会を実施します。

開催日 9月16日(月・祝)
 午前の部 9時15分～10時45分(9時受付開始)
 11時～午後0時30分(10時45分受付開始)
 午後の部 1時15分～2時45分(1時受付開始)
 開催場所 多古町魅力発信交流館(たこらぼ)
 ※午前・午後、どちらも予約制です。
 ※定員に限りがありますので、お早めにご予約ください。

■主な測定項目
 運動機能・認知機能・栄養状態・
 筋肉量・フレイル・サルコペニア
 ※後日、参加者には結果表を返却します。



多古町役場
 LINE支所から
 予約ができます



～ 今の体力を知り、体力アップの道筋を立てましょう！ ～

主催●多古町 共催●順天堂大学
 お問い合わせ●保健福祉課介護保険係 ☎76-3185

令和7年度 小学校へ入学する皆さんへ

来年度、多古町の小学校に入学予定のお子さんを対象に、法律に基づき就学時健康診断を行います。当日は、保護者または代理の方が必ず付き添いの上、受診をお願いします。通知文・問診票は、10月上旬に郵送予定です。

対象●平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれの方
 日時●10月18日(金) 午後1時～1時45分受付
 会場●多古町民体育館
 検査内容●内科・歯科・眼科・耳鼻科など
 持ち物●母子手帳、問診票
 申込・お問い合わせ●学校教育課学校教育係 ☎76-5411



就学時健康診断の後、家庭教育講演会を開催します。
 ぜひご参加ください。(講演会中は、託児室を用意します)

会場●多古町コミュニティプラザ 多目的ホール
 テーマ●「家庭でやってほしい5つのこと」～子どもが学校でがんばるために親ができること～
 講師●千葉県子どもと親のサポートセンター 研究指導主事 本間 洋 先生
 お問い合わせ●生涯学習課社会教育係(コミュニティプラザ内) ☎76-7811(月曜日・祝日休館)

クーリングシェルターをご存じですか

令和6年4月から「熱中症特別警戒アラート」の運用が始まりました。過去に例のない危険な暑さが予測され、重大な健康被害が生じる恐れがある場合に発表されます。

発表された場合、危険な暑さから避難できるよう指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)を一般開放します。

熱中症を防ぐため、暑さを避ける、屋外での活動をやめる、水分・塩分を補給するといった熱中症予防行動をとりましょう。



★多古町の指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)の一覧

施設名称	所在地	開放曜日	利用可能時間
多古町役場	多古 584	月・火・水・木・金	午前8時30分～午後5時15分
多古町コミュニティプラザ	多古 2855	火・水・木・金・土・日	午前8時30分～午後5時15分
多古町立図書館	多古 2540-1	火・水・木・金・土 日・祝日	午前9時～午後6時 午前9時～午後5時
多古町魅力発信交流館(たこらぼ)	多古 2444-1	月・水・木・金・土・日	午前9時～午後5時
いきいき健康サロン多古(わあーかちいーと)	多古 2721-1	月・火・木・金・土・日	午前9時～午後6時
道の駅多古あじさい館 2階 情報コーナー	多古 1069-1	月・火・水・木・金・土・日	午前9時～午後6時

※熱中症特別警戒アラート発表時以外でも、涼む場所としてご利用いただけます。

保健推進員考案のおすすめレシピ集を作成しました

多古町保健推進員会は、地域の健康づくり推進のために活動しています。今回、推進員が考案したおすすめレシピを町民の皆さんに広めたいという思いから、レシピ集を作成しました。手軽に作れるものや、野菜がたくさん取れるものなど、推進員のアイデアがたくさん詰まっています。ぜひご家庭でも作ってみてください。レシピは、町ホームページをご覧ください。

数に限りがありますが、保健福祉センターで冊子をお渡しすることもできます。

みそ汁やスープの塩分測定を行っています

ご家庭で作っているみそ汁やスープの塩分量は、適正ですか？

保健推進員が地域の集まりや家庭訪問などで塩分測定をしています。気になる方は、お近くの保健推進員または下記までお問い合わせください。



詳しくはこちら



お問い合わせ●多古町保健推進員会事務局(保健福祉課健康づくり係)
 ☎76-3185