

運動推進講座

☎ 保健女性センター 64-8993
 と き 5月7日～7月2日 毎週木曜日 9:15～11:30 計8回
 ところ 保健女性センター
 内 容 ウォーキング、ダンベル体操など
 対 象 コレステロールなどが要指導の40～64歳で心臓の病気の無い人
 定 員 30人 (先着順)
 受講料 1,400円 (スポーツ保険料)
 申し込み 4月20日から受け付けます。電話で保健女性センターへ

個別健康相談

～赤ちゃんからお年寄りまで～

☎ 保健女性センター 64-8993
 健康、育児、食生活に関することは、何でも気軽にご相談ください。保健婦、栄養士があなたの話をお聞きします。
 と き ●毎週水曜日 午後
 ●毎週木曜日 午前
 (時間予約制、1人1時間程度)
 ところ 保健女性センター
 申し込み 電話で保健女性センターへ

**静岡県中央植樹祭
参加者募集**

☎ 林政課 内線 2574
 と き 5月23日(土) 10:00～15:00
 ところ 富士山こどもの国建設地 (勢子辻)
 内 容 式典、広葉樹植栽、自然体験ゲームなど
 対 象 市内在住で自然に興味のある親子 (小学生以上) ・一般
 定 員 250人 (先着順)
 申し込み 5月8日まではがきまたはFAXで住所、氏名、年齢(学年)、電話番号を書いて〒417-8601 富士市永田町1-100 富士市役所林政課へ ☎51-1997

センター婦人がん検診

☎ 保健女性センター 64-8992
 と き 5月12日(火)・25日(月) 13:30～14:15
 ところ 保健女性センター
 対 象 30歳以上の女性
 内 容 子宮頸がん・乳がん検診
 受診料 1,100円 (70歳以上などの人は無料)
 申し込み 電話で保健女性センターへ予約してください
 ※不正出血・子宮筋腫などがある人は医療機関での検診をお勧めします。

糖尿病予防教室

☎ 保健女性センター 64-8993
 と き 5月20日(水)・26日(火)、6月8日(月)・22日(月)、7月3日(金)・10日(金)・31日(金) 13:30～15:30 計7回
 ところ 保健女性センター
 内 容 ●医師の話「糖尿病とは」
 ●食事療法の基礎、血液検査、外食時の注意などの学習 ●個別健康相談
 対 象 血糖値が高く、改善の必要がある70歳未満の人やその家族、血糖値が高い血縁者がいる人
 申し込み 5月15日までに電話で保健女性センターへ

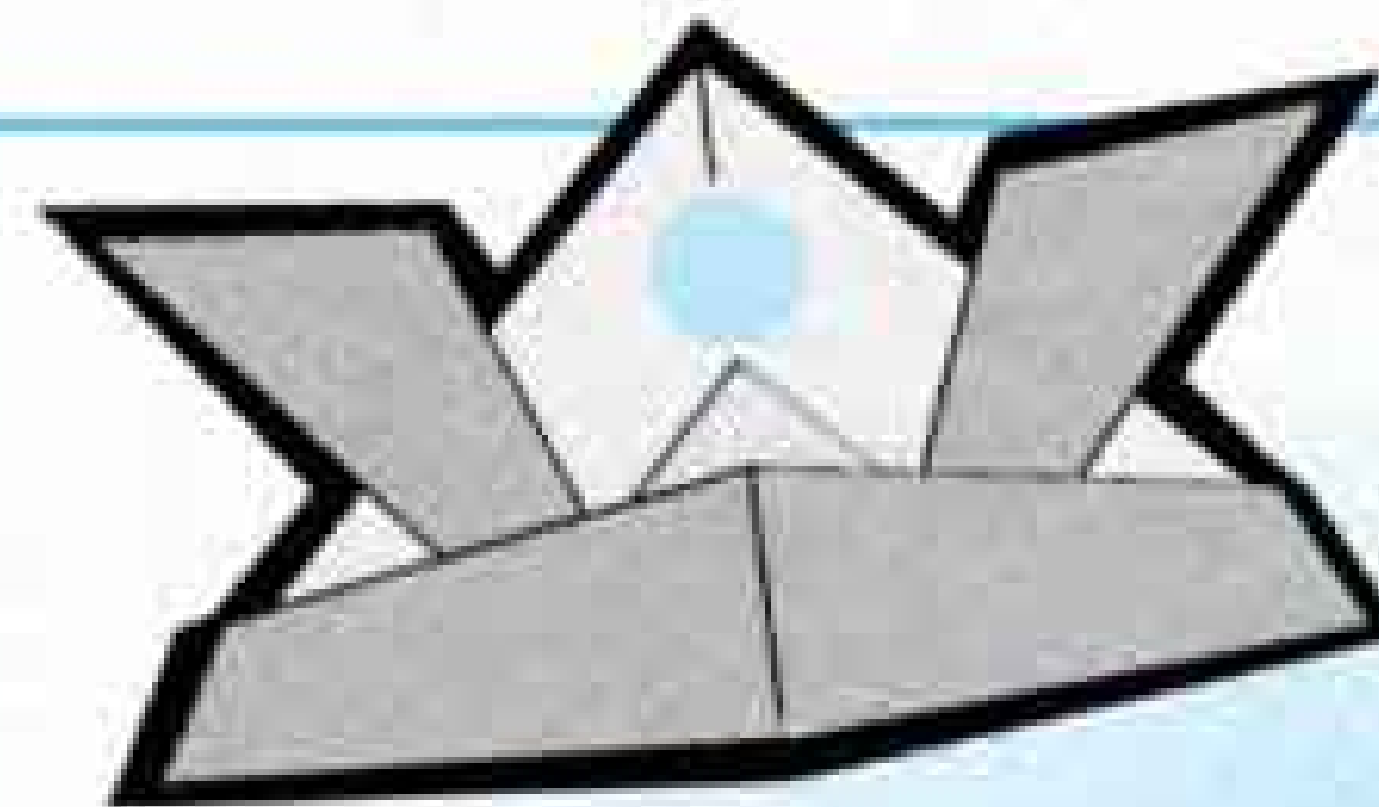
ひとひと 女と男の情報誌「きらり」の編集ボランティア募集

☎ 女性施策推進室 64-8995
 女と男の情報誌「きらり」の編集ボランティアを募集しています。情報誌の発行は、3月と9月の年2回。発行部数は、4,500部です。女性施策推進室のスタッフと一緒に編集作業をしてみませんか。性別、年齢は問いません。文章を書いてみたい、趣味で写真を撮っている、イラストが好き、そのほか好奇心旺盛な人、大歓迎。詳しくは、女性施策推進室へ。

**国民年金保険料が1か月
1万3,300円になります**

☎ 国民年金課 内線 2264
 平成10年4月分から、国民年金保険料が改定されました。4月30日までに1年分の保険料を前納すると割引がありますので、ご利用ください。
 なお、平成9年度分の保険料の納め忘れがある人は、4月30日までに納めてください。

	1か月分	1年分	1年分前納額 (割引額)
定 額 保 険 料	1万3,300円	15万9,600円	15万5,750円 (3,850円)
定額+付加 保 険 料	1万3,700円	16万4,400円	16万 430円 (3,970円)



ワイワイわんぱく源平合戦

～歴史ゲームが遊びを変える～

参加費無料

と き 5月5日(火) 13:00～15:00
 ところ 広見公園
 (雨天：岳陽中学校体育館)
 申し込み 当日直接会場へ
 紙のかぶとをかぶって「源平合戦歴史ゲーム」を楽しんじゃおう！

★ジャンケン関所
 ★源平くす玉わり合戦
 ★大将の行進
 ★遊びの夢風船
 ★勝ちどきの声ゲーム など
 問い合わせ 児童福祉課 内線2326

4月の休日の当直医など

内科・小児科・外科
 救急医療センター 51-0099 津田
 ●診療時間
 平 日 午後7時～翌朝8時
 土曜日 午後2時～翌朝8時
 日曜祝日 午前9時～翌朝8時

◆4月5日(日)
 産婦人科 長野医院 61-1907 柚木
 眼 科 加藤医院 34-0011 比奈
 耳鼻科 本橋耳鼻咽喉科 72-1133 三島
 " 大谷耳鼻科 61-1860 水戸島元町
 柔道整復 下村接骨院 35-3663 大淵

◆4月12日(日)
 産婦人科 米山病院 52-3060 吉原4
 眼 科 天神眼科医院 23-7050 富士宮
 耳鼻科 井上耳鼻科 21-8765 沼津
 柔道整復 高橋接骨院 53-8751 石坂
 ◆4月19日(日)
 産婦人科 池田産婦人科 21-2228 石坂
 眼 科 吉原中央眼科 53-0360 吉原3
 耳鼻科 千葉医院 62-3315 沼津
 柔道整復 萩原接骨院 72-4524 天間
 ◆4月26日(日)
 産婦人科 遠藤産婦人科 52-1941 吉原3
 眼 科 中島眼科医院 72-0011 入山瀬
 耳鼻科 関病院 71-4133 三島

耳鼻科 よねやま耳鼻科 53-6885 永田町1
 柔道整復 渡辺接骨院 61-0548 富士町
 ◆4月29日(水)
 産婦人科 ロゼ・レディースクリニック 60-5747 蓼原
 眼 科 安藤眼科医院 26-8833 富士宮
 耳鼻科 永倉クリニック 63-3011 沼津
 柔道整復 名倉堂接骨院 63-5554 本市場

◎休日救急歯科診療
 診療時間 午前9時～午後4時
 診療場所 歯科医師会館 ☎53-5555

平日の夜間及び休日当直医の
 問い合わせは… ☎51-9999