

市政だより

天草

お知らせ版

平成28年

8 15

No.249

問い合わせ先

- 本 庁** 天草市役所・市庁舎別館 ☎②31111
〒863-8631 天草市東浜町8番1号
- 支 所** 牛 深 ☎⑦32111・有 明 ☎⑤31111
御所浦 ☎⑥72111・倉 岳 ☎⑥43111
栖 本 ☎⑥63111・新 和 ☎④62111
五 和 ☎③21111・天 草 ☎④21111
河 浦 ☎⑦61111

☎…申し込み先 郵便…郵送先 F…FAX M…メールアドレス H…ホームページ ※申請書などは☎に備え付け。

健康・医療



「健康運動教室」の

参加者募集

対象 市内在住の人。

日程 9月～平成29年3月

●毎週月・木曜日の午前9

時30分～同11時①志柿地区

コミュニティセンター②本

町地区コミュニティセンター。

●毎週火・木曜日の午後1

時30分～同3時③本渡北地

区コミュニティセンター。

定員 ①③各10人②15人

(いずれも先着順)。

内容 筋力トレーニング・

ストレッチ・スローステッ

プなどの有酸素運動。手軽

にできる運動などの紹介。

参加料 月額500円。

申込方法 8月26日(金)まで

に直接または電話で申し込

んでください。

※後日、医師の運動可否判

定を受けていただきます

(料金は自己負担)。

☎☎天草中央保健福祉セン

ター ☎②43737

河浦地域の地域健診を実施します！

4月に行った健康診査希望調査に基づき問診票を送付します。

当日持参品 問診票・個人負担金・健康保険証。

※地域健診の申し込みをしていない人で受診を希望する人は、事前に天草西保健福祉センターまたは河浦支所へご連絡ください。個人負担金などについては、お問い合わせください。

※発熱や鼻水、せき、のどの痛みのある人や体調不良の人は、当日の受診はご遠慮ください。

◆地域健診日程

期 日	対象地区	場 所
9月19日(日)	富 津	富津地区コミュニティセンター
9月20日(月)	新 合	新合体育館
9月21日(火)	宮野河内	宮野河内地区コミュニティセンター
9月22日(水) 23日(金)	一町田	一町田地区コミュニティセンター
9月24日(土)	一町田	天草西保健福祉センター

※受付時間はいずれも午前7時30分～同11時。

☎天草西保健福祉センター ☎⑦3301 / 河浦支所

特設人権相談所を開設

市内の人権擁護委員の皆さんが、人権問題や家庭問題などの相談に応じる特設人権相談所を、右表のとおり開設します。相談は無料で、秘密は固く守られます。お気軽にご相談ください。

※時間は、いずれも午前10時～午後3時。

※人権相談は、年間を通して毎週月・水・金曜日の午前9時から午後4時まで、熊本地方法務局天草支局でも受け付けています。

と き	と ころ
9月 5日(日)	御所浦島開発総合センター
9月 6日(月)	五和町漁村センター
	栖本福祉会館
	倉岳老人福祉センター
9月 7日(火)	市役所天草支所

☎天草人権擁護委員協議会 (熊本地方法務局天草支局内) ☎②2467