

秋季清流釣り大会のご案内

今年も恒例の秋季清流釣り大会が開催されます。
山麓に深く谷を刻む清流・中津川で、溪流釣りの醍醐味を満喫してみませんか。今回は町特産のさくら鱒を中心に大型魚を大量放流します。

日時 10月4日(日) 9:00~11:00 ※小雨決行
場所 寄自然休養村養魚組合マス釣り場
問合せ 寄自然休養村養魚組合 TEL89-2321



健康ウォーキング大会

スポレク祭の種目の1つとして、ウォーキング大会を開催します。
日ごろ運動不足を感じている方、体脂肪を燃やしたい方、ウォーキングに参加してみませんか？

日時 10月12日(月・祝) 9:00~11:00(受付8:30~)※雨天中止
集合 松田中学校グラウンド
コース 2.2kmコース、4.2kmコース、5.5kmコース
参加費 無料
持ち物等 各自、水分補給用の飲み物をお持ちください。動きやすい服装とシューズでご参加ください。※ご希望の方には万歩計を貸し出します(当日先着30人)

特典 参加者全員に松田やっこさんシールをプレゼント！
協力 松田やっこさんシール会
申込期限 10月7日(水)
申し込み・問合せ 健康福祉センター TEL84-1195
子育て健康課 健康づくり係 TEL84-5544



アルコール・セミナー

アルコール依存症やうつ病との付き合い方、こころの不調に対応するゲートキーパーの基礎を学ぶ研修会を開催します。皆さんのご参加をお待ちしています。

日時 10月6日(火) 19:00~21:00
場所 足柄上合同庁舎 2階 大会議室(足柄上郡開成町吉田島2489-2)
講師 みくるべ病院 岡崎 有恆 医師ほか
定員 100人
申込方法 9月25日(金)までに電話またはFAXで、氏名・電話番号をお知らせください。※空きがあれば当日参加も可能
申し込み・問合せ 小田原保健福祉事務所足柄上センター 保健予防課 TEL83-5111(内線432)/FAX82-8408

膝痛・腰痛予防のための筋力トレーニング教室参加者募集

膝痛・腰痛予防のためには効果的な筋力トレーニングをすることが大切です。この教室ではストレッチを主体とし、チューブやダンベルを使用した軽い筋力トレーニングを行っていきます。気分もリフレッシュできます。

日時 初回10月8日(木) 毎週木曜日 全18回
9:00~10:00(受付8:50~)
場所 町民文化センター 1階 展示ホール
対象 65歳以上
持ち物等 タオル、飲みもの
運動ができる服装・靴でご参加ください。
※初回と最終回には体力測定があります
申し込み・問合せ 町地域包括支援センター TEL83-1191



平成27年9月15日発行

広報まつだ

おしらせ号

編集/発行 政策推進課
〒258-8585 松田町松田惣領2037番地 TEL 83-1222
ホムン・ジ・アドレス <http://town.matsuda.kanagawa.jp/>

保健医療セミナー受講者募集

自分とご家族の健康を保つために、病気に対する大事な知識を身につける機会です。ぜひご参加ください。

日程	時間	演題	講師
10月7日(水)	13:30~	感染症 ~基本となる予防策~	小泉クリニック 小泉 健一 先生
	14:30~	胸部異常影発見！ 肺がん検査と治療は如何に？	足柄上病院 総合診療科 尾下 文浩 先生
10月8日(木)	13:30~	薬と食べ物の食べ合わせについて	なごみ薬局 上田 知弘 先生
	14:30~	高血圧、高脂血症、糖尿病 いったい何がいけないの？ ~すべての生活習慣病は血管病へ通ず~	なかいファミリー クリニック 小林 宗則 先生
10月14日(水)	13:30~	自分のお口と真剣に向き合おう	わかば歯科医院 和田 弘美 先生
	14:30~	がんになっても自宅で過ごすには ~在宅医療そして看取り~	横浜市立大学医学部 医学科総合診療医学 目下部 明彦 先生
10月15日(木)	13:30~	まぶたが重く見づらい症状 ~歳のせいと我慢していませんか？~	にしこうり形成外科 錦織 岳史 先生
	14:30~	メタボより怖いのは『ロコモ (ロコモティブシンドローム)』だ！？	足柄上病院 整形外科 牧田 浩行 先生

※ご希望の講演のみの受講も可能です
場所 足柄上合同庁舎 2階 大会議室
費用 無料
申し込み・問合せ 子育て健康課 健康づくり係 TEL84-5544

糖尿病公開講座

糖尿病の患者さんや糖尿病に興味のある方を対象に公開講座を開催します。皆さんのご参加をお待ちしています。

日時 9月24日(木) 17:00~18:00
場所 足柄上病院 講義室 3号館 1階
内容 『糖尿病の運動療法』 三澤 香織 理学療法士
『糖尿病のフットケア』 矢野 幸枝 外来看護師
費用 無料 ※予約不要、直接ご来場ください
問合せ 足柄上病院 経営企画課 TEL83-0351(代表)

今月の納付

国民健康保険税 町民課 国保年金係 TEL83-1225
後期高齢者医療保険料 町民課 国保年金係 TEL83-1225
介護保険料 福祉課 高齢介護係 TEL83-1226

納期限は、9月30日(水)です。

口座振替をご利用の方も、同日が振替日です。
税金や保険料のお支払いは、納め忘れがなくなる口座振替が便利です。
口座振替のお申し込みは、各金融機関または役場担当窓口で、預貯金通帳、届出印をご持参のうえ行ってください。

まちづくりアンケートはお済みですか

各世帯にお配りした『まちづくりアンケート』の送付期限が迫っております。一人でも多くの皆さんからまちづくりに対するご意見をお聞きしたいため、お忘れなく送付をお願いします。
送付期限 9月30日(水)
問合せ まちづくり課 都市計画係 TEL84-1332

町国民健康保険診療所からのお知らせ

寄診療所は、現在、次のとおり山田泰海医師と県立足柄上病院の医師の体制で行っています。引き続き地域の皆さんが信頼・安心して診療が受けられ、地域の健康を守っていく医療機関として診療を行ってまいります。

曜日	9:00~12:00	14:00~17:00
月	山田 泰海 医師	山田 泰海 医師
火	太田 光泰 医師(上病院)	清水 智明 医師(上病院)
水	尾下 文浩 医師(上病院)	久保井 頼子 医師(上病院)
木	山田 泰海 医師	山田 泰海 医師
金	山田 泰海 医師	山田 泰海 医師

・山田 泰海 医師(内科、整形外科)
・太田 光泰 医師(内科、総合診療科) ・清水 智明 医師(救急部)
・尾下 文浩 医師(内科、総合診療科) ・久保井 頼子 医師(内科、総合診療科)

※土日、祝日、年末年始は休診です
※往診、在宅訪問診療も行っています。お気軽にご利用ください
問合せ 町国民健康保険診療所(寄診療所) TEL89-2119

ママたちのためのリフレッシュ講座(第20回)ピラティスとヒーリング

ピラティスは体の内側からしなやかに引き締めるトレーニング、ヒーリングは自律訓練法(イメージトレーニングなど)をベースにしたセラピーです。自分だけの豊かな時間を過ごしませんか。



日時 10月7日(水) 10:00~10:30 受付・着替え
10:30~11:30 ピラティスとヒーリング
場所 子育て支援センター ランチルーム
講師 フィットネスインストラクター 小池 美穂子 氏
持ち物 汗拭きタオル、飲み物、ヨガマット(持っている方)
託児 ファミリー・サポート松田支援会員による託児を行います。
※託児は無料です。生後4カ月以上のお子さんをお預かりします
費用 無料 その他 妊娠している方は参加できません。
申込期間 9月29日(火)~10月1日(木) 9:00~17:00
申し込み・問合せ 子育て支援センター TEL83-3088