



平成 27 年度 元気人(腎)の会のお知らせ

病院や健診で「腎臓が弱っている」「塩分・たんぱく質・カリウムを制限するように。でもカロリーは多めに摂るように」と言われ、どうにかしたいけど食事療法の方法がわからない。そう感じたことはありませんか。

腎臓の機能が弱っている方を対象に下記の日程で勉強会と調理実習を行います。この機会と一緒に今の食事を見直しませんか。



【期 日】4月25日、6月13日、8月29日、
10月24日、12月12日、平成28年2月21日
(いずれも土曜日)

【時 間】9時30分～13時

【場 所】桂川町総合福祉センター「ひまわりの里」

【内 容】血圧測定、尿検査、腎臓を守るための話、調理実習

【持参物】筆記用具、エプロン、三角巾

【その他】参加費300円。開催日1週間前までに要予約



平成 27 年度がん検診 検診票の事前送付の手続き

がん検診の「検診票の事前送付の手続き書」を、世帯ごとに4月上旬に郵送します。手続きに名前の記載がある人に受診の希望を確認し、希望がある場合はぜひご活用ください。

なお、がん検診受診には、今回の手続きとは別に「受診日の予約」が必要です。

「検診票の事前送付の手続き」と「受診日の予約」

「検診票の事前送付の手続き」

がん検診の検診票を事前に自宅に郵送するための手続き。

事前に検診票を記入することで時間の短縮ができます。この手続きは予約ではありません。

「受診日の予約」

がん検診を受診する日程の予約。

予約がない人はがん検診を受診できません。

【予約期間】1月、6月中の各5日間



平成 27 年度 託児付き 離乳食教室のお知らせ

【期 日】6月17日(水)、9月10日(木)、
12月17日(木)、平成28年3月17日(木)

【時 間】10時～12時30分

【場 所】総合福祉センター「ひまわりの里」調理室

【内 容】○離乳食のお話 ○調理実習 ○試食

【持参物】○エプロン ○三角巾 ○ベビー用スプーン

【その他】参加費無料。開催一週間前までに要予約(定員10人)

【平成 26 年度実習内容の紹介】



- ①月齢5～6カ月児用
- ②月齢7～8カ月児用
- ③月齢9カ月児以降用
- ④大人用

すり潰しなどを利用して、親も赤ちゃんも同じメニューを食べることができるように工夫された実習です。また、赤ちゃんの月齢ごとに形状を変えることができます。(写真は"ふるふき大根")



あなたの血液で助かる命がある 献血のご協力をお願いします

献血は、安全な血液を無償で贈るボランティアです。あなたの元気を少し分けていただくだけで救われる命があります。身近にできるボランティア「献血」に、ご協力をお願いします。

【日 時】5月14日(木)

10時～12時30分、13時30分～15時30分

【場 所】総合福祉センター「ひまわりの里」

【持参物】本人が確認できる証明書

(運転免許証・健康保険証・学生証など)

【今後の予定】9月14日(月)、平成28年1月7日(木)

献血可能な方の基準

	男性	女性
年 齢	17～69歳	18～69歳
体 重	50kg以上	
献血可能回数(年)	3回以内	2回以内



※65歳～69歳の方は、60歳～64歳までの間に献血経験が必要

【問合せ先】桂川町社会福祉協議会 ☎65・2271