



◆問い合わせ先
生涯学習センター（中央公民館内）
中央公民館図書室
本宮字矢来 39-1 ☎33-2611
白沢公民館
白岩字堤崎 500 ☎44-2350
しらさわ夢図書館
白岩字堤崎 500 ☎44-2112

文化ホール企画展 第6回 本宮市写真コンクール作品展

白沢ふれあい文化ホールでは、3月23日から4月21日まで「第6回本宮市写真コンクール作品展」を開催しました。

会場には、大賞や各部門の特賞、優秀賞など入賞作品23点をはじめ応募された全作品128点が展示されました。

安達太良山や自然豊かな桜や紅葉の風景、荒井の太々神楽や八ツ田内七福神舞の民俗芸能や岩角山大梵天祭などの写真の応募があり、来場者は、本宮市内の風景や祭りを撮影した写真を1点1点丁寧に鑑賞し、魅力あふれる本宮を再認識していました。

また、3月26日には表彰式が行われ、市



▲写真コンクール表彰式の様子

観光協会副会長の小沼真彦さんから入賞者一人ひとりにトロフィーと賞状、賞金が手渡されました。

公民館にゆがけよう 平成25年度の講座が始まります

公民館では、今年度も各種の事業を開催します。

- 1 小学生を対象とした少年教育
「もともやキッズチャレンジクラブ」
- 2 中学生を対象とした青少年リーダー育成事業
「もともやジュニアボランティア」
- 3 成人女性を対象とした女性教育
「レディースセミナー」
- 4 幼児・児童を持つ母親を対象とした家庭教育
「ひなげし学級」
「まゆみ学級」
- 5 60歳以上の高齢者を対象とした高齢者教育
「本宮ふれあい塾」
「長寿大学」
- 6 市民および在勤者を対象とした成人教育
「生涯学習講座」



▲「レディースセミナー」学習会での様子

自分力アップや自分磨きに、多くの仲間と一緒に学びませんか。なお、詳しくは4月24日発行の生涯学習だよりをご覧ください。

無料クーポン券で大腸がん検診を受けましょう！

がん検診受診率をあげることを目標として、一定の年齢の方々に対する大腸がん検診、子宮頸がん検診、乳がん検診の「がん検診無料クーポン配布」を行っています。

5月から大腸がん検診が始まります。対象者へは5月中旬に「大腸がん検診無料クーポン券、大腸がん検診手帳、受診録、採便容器」を郵送します。

*市の集団検診をお申し込みの方へは、受診録と採便容器のみ別にお届けします。

対象となる方

年齢	生年月日
41歳	昭和47年4月2日～昭和48年4月1日
46歳	昭和42年4月2日～昭和43年4月1日
51歳	昭和37年4月2日～昭和38年4月1日
56歳	昭和32年4月2日～昭和33年4月1日
61歳	昭和27年4月2日～昭和28年4月1日

クーポン券対象外の方へ

クーポン券の対象年齢以外の方でも、30歳以上の方であれば自己負担額100円で、市の検診を受けることができます。集団検診、個別検診とも希望する方は保健課までお申し込みください。

クーポン券の使い方

集団検診

5月29日(水)から始まる集団検診の期間中に、受診録、クーポン券、採便した容器を検診会場までお持ちください。

詳しい日程につきましては20ページ「総合検診日程」をご覧ください。

個別検診

集団検診を受診されなかった方へは、7月中に改めて、個別検診用の受診録を送付します。実施期間や、クーポン券の使用方法などの詳しい内容はその際にお知らせします。

◆問い合わせ先

保健課(えぼか内)健康増進係 ☎63-2780

国保 だより

KOKUHODAYORI

毎年 特定健診を受けましょう！

特定健診・特定保健指導とは

「特定健診(特定健康診査)・特定保健指導」は、40歳から74歳までの医療保険加入者を対象にした、健康診断、保健指導のことです。

糖尿病など生活習慣病の発症リスクの低減を図るため、特に、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した健康診査です。

特定健診を毎年受けましょう

医療費に占める生活習慣病の割合は国民医療費の約3分の1となっており医療費増大の大きな原因になっています。

健診は、自分の健康状態を知り、疾病等の早期発見することで健康なからだを維持し、さらには医療

費の抑制にもつながります。

そして、健診結果から生活習慣病のリスクが高く、生活習慣改善で効果が得られそうな人には、継続して特定保健指導が受けられます。保健師、管理栄養士などが、改善するための行動計画を設定および実践すること支援します。

ぜひ健診を機会に、いつまでも若く、美しく健康寿命を延ばす生活習慣を心がけましょう。

※本宮市国民健康保険以外の医療保険にご加入の方は、それぞれの勤務先にお問い合せください。

◆問い合わせ先

市民課 国保年金係
☎33-11111
(内線1255-127)

イベント

しらさわ夢図書館のおはなし会

- 妊婦さんへのおはなし会
と き：5月24日(金) 10:30～10:50
対 象：妊婦さんとその家族
- 赤ちゃんおはなし会
と き：5月24日(金) 11:00～11:20
対 象：赤ちゃんとその保護者
- リトルおはなし会
と き：5月26日(日) 10:30～11:00
対 象：幼児(未就学児)とその保護者
- 小学生のおはなし会
と き：5月26日(日) 11:15～11:45
対 象：小学生とその保護者、一般

※おはなし会などの内容については、お問い合わせください。

本宮は みんなが愛する 本の街

しらさわ夢図書館・中央公民館図書室 からの ご案内

- 新着本**
- *絵本・児童書・紙芝居*
 - ・小さいのおおきくて、大きいのが小さかったら..... エビナウマン
 - ・原子力がわかる事典..... 原子力教育を考える会
 - ・空港の大研究..... 秋本俊二
 - ・てんやわんや名探偵..... 杉山亮
 - ・恐竜の谷..... 黒川みつひろ
 - ・東京スカイツリーのすべて100
 - ・ヤマネコ号の冒険上・下..... アーサー ランサム
 - *一般書・実用書*
 - ・幸せの条件..... 誉田哲也
 - ・106歳を超えて、私がいま伝えたいこと..... 昇地三郎
 - ・全国寺社に泊まる宿坊ベストガイド..... パラム
 - ・大切なことはみ～んな目に見えないのよ..... 水無昭善
 - ・『怒らない技術 2』..... 嶋津良智
 - ・心が折れない子どもの育て方..... 江藤真規
 - ・人を傷つける話し方、人に喜ばれる話し方..... 渋谷昌三

※これらの図書は、どちらの窓口からも借りることができます。ただし、移送等で少々時間を頂く場合がありますので、ご了承願います。(視聴覚資料は、図書館でのみ貸出・返却となります)

図書館・図書室お休みのお知らせ

- 館内特別整理のため、下記の期間中は休館となります。
- しらさわ夢図書館 5月7日(火)～5月14日(火)
 - 中央公民館図書室 5月15日(水)～5月21日(火)
- ご理解とご協力をお願いします。