



広報「くまの」では、町民の皆さまのお宅に広報が届くことを考慮して、おおむね毎月11日以降から翌月10日までのお知らせを掲載しています。



## 自分の健康は自分で守る心がけを

今年も住民健診の時期になりました。皆さん受診の申し込みはお済みでしょうか？笑顔で楽しく生き生きとした毎日を送るためには、日ごろからの健康管理が大切です。年に一度は健診を受け、自分の健康状態を理解し、状態に応じて生活習慣の改善につなげましょう。

平成15年に行った熊野町の健診受診状況によると、健診を受けなかった理由として、健康に関心の低い若い世代では「健康に自信がある」、働きざかり・子育て世代では「時間がとれなかった」、健康に自信がなくなる50歳以上では「健診結果が怖い」という内容が上位にあがりました。

町では、土曜・日曜日の実施や託児室を設けるなど

健診の受けやすい体制や、健診結果にあわせ保健師・栄養士・健康運動指導士等による個別の対応（健康相談・栄養指導）や、教室の実施も行っています。

健診結果で心配なことや不安なことがあれば、かかりつけ医や町保健師にご相談ください。

なお、自覚症状があったり、治療を受けられている方は、医療機関での健診をおすすめします。

### 健診の申し込みは

#### お早めに

健診受診を希望される方は所定の用紙（平成18年度熊野町住民健診のご案内）に必要事項を記入し、郵送（50円切手必要）あるいは役場1階の正面受付・中央



地域健康センター・西部地域健康センター・中央ふれあい館・各公民館にある指定のボックスに申し込みください。

### 健診締切日

6月30日(金)必着

健診等の詳細については、健康課までお問い合わせください。

### (健康課

TEL 855-1755)

### 第3回

#### 熊野将棋名人戦結果

3月19日(日)実施された名人戦の結果は次のとおりです。

<b>A級</b>	優勝 菅田 直幸
	準優勝 馬上 弘道
	3位 佐々木道春
	3位 三輪 幸照
<b>B級</b>	優勝 津川 照明
	準優勝 井上 勇
	3位 佐々木豊美
	3位 岩見 覚行
<b>C級</b>	優勝 荒谷 清美
	準優勝 世良 茂
	3位 藤井龍太朗
	3位 沖土居隆雄
<b>子どもの部</b>	優勝 青森 大輝
	準優勝 藤井 健太
	3位 荒谷 淳子
	3位 延本 拓明
<b>主催</b>	日将連香車会 (生涯学習課)