

神婚

恋ニュケーション～楽しい会話は恋のはじまり～開催

☎ こども政策課 Tel0299-77-7011

市内イタリアンレストラン貸し切りの婚活パーティーです。
少人数でゆっくりと会話を楽しみ、おいしいランチを堪能しながら、すてきなパートナーと出会いませんか？

日時＝3月9日(日) 午前10時50分～午後2時(受付 午前10時30分～)

対象＝おおよそ30～39歳の独身男女各8人(申込多数の場合は抽選)

費用＝男性3,000円 女性1,000円 ※男性は市内在住・在勤者のみ

申込期限＝2月24日(月・祝)

申込方法＝いばらき電子申請・届出サービスで申し込み

※場所は参加決定者にお知らせします



シルバーリハビリ体操

定期教室 新規参加者募集

☎・☎ 長寿介護課 Tel0299-91-1701

シルバーリハビリ体操は、介護予防を目的とし、関節の柔軟性を高め筋力を強化できる運動です。

定期的に体操をしたい方、同年代の方たちと一緒に楽しく体を動かしてみませんか？ 4月からの新しい参加者を募集します。

対象＝市内在住の65歳以上で、自分で通うことが可能な方

持ち物＝運動しやすい服装、室内履き、飲み物、タオル、ヨガマット

募集人数＝82人(抽選)

申込方法＝電話または窓口で申し込み

申込期間＝2月3日(月)～28日(金)

※予算の議決状況により内容が変更となる場合があります

教室名	会場	日程	募集人数
かみす教室	保健・福祉会館	毎週月曜日 午前10時～11時30分	20人
うずも教室	うずもコミュニティセンター	毎週水曜日 午前10時～11時30分 午後2時～3時30分	午後10人
平泉教室	平泉コミュニティセンター	毎週金曜日 午前10時～11時30分	17人
大野原教室	大野原コミュニティセンター	毎週木曜日 午前10時～11時30分	1人
若松教室	若松公民館	毎週水曜日 午前10時～11時30分 午後2時～3時30分	午後4人
矢田部教室	矢田部ふれあい館	毎週金曜日 午前10時～11時30分	10人
土合教室	はさき福祉センター	毎週木曜日 午前10時～11時30分	5人
はさき教室	はさき生涯学習センター	毎週木曜日 午前10時～11時30分	15人

※うずも教室、若松教室の午前の部は定員に達しているため、募集しません



応募締め切り迫る！

かみす健康マイレージ

☎ 健康増進課 Tel0299-90-1331
〒314-0121 神栖市溝口1746-1

健康目標を3つ以上達成して応募しよう。
抽選で850人に景品をプレゼント！

目標達成期間 2024年2月16日～2025年2月14日

応募期限 2月14日(金)

対象＝対象期間と抽選日に、市内に住所を有する20歳以上の方 ※年齢は2025年3月31日現在

応募方法＝いばらき電子申請・届出サービス、または応募用紙に必要事項を明記し応募箱に投函、もしくは問合せ先へ郵送

※応募用紙は市ホームページ、または応募箱設置場所で入手可能

※郵送の場合は、当日消印有効

応募箱設置場所＝市役所、保健・福祉会館、波崎総合支所・防災センター、各公民館、各図書館、かみす防災アリーナ、はさき保健・交流センター



市の健診や事業でなくてもOK!

- 目標1 健康診断を受診する
- 目標2 がん検診を1つ以上受診する
- 目標3 歯の検診を受診する
- 目標4 健康づくりに関する事業などに1つ以上参加する
- 目標5 個人の健康目標を立てて3カ月以上取り組む

今年はこんな豪華景品が当たります！

スティッククリーナー(掃除機)・振動マシン・自動調理鍋・折りたたみ自転車など

【2024年度協賛団体】 (株)ADEKA鹿島食品工場/鹿島化学品工場、(株)伊藤園鹿嶋支店、(公財)茨城県総合健診協会、ウエルシア薬局(株)、花王(株)鹿島工場、(株)カネカ鹿島工場、神栖市歯科医師会、(株)クラレ鹿島事業所、昭和産業(株)鹿島工場、スポーツクラブルネサンス竜ヶ崎ニュータウン、(株)高木商店、(株)ニッスイファインケミカル総合工場、三菱ケミカル(株)茨城事業所、水戸ヤクルト販売(株)、(株)ユボ・コーポレーション鹿島工場、ライオンケミカル(株)ファインケミカル事業所 (50音順)

特定健診は2月末まで！

☎ 健康増進課 Tel0299-90-1331

高血圧、糖尿病などの生活習慣病は、健診を受けることで早期発見、予防につなげることができます。年に一度、特定健診を受診しましょう。

2月28日(金)まで指定医療機関で特定健診を受診できます。

対象＝神栖市国民健康保険に加入している40～74歳の方

持ち物＝特定健康診査受診券、神栖市国民健康保険証(またはマイナンバーカード)



特定健診を受診できる医療機関

いきすの森クリニック、小田医院、かしまなだ診療所、鹿嶋ハートクリニック、神栖済生会病院、かみす消化器内視鏡クリニック、神栖メディカルクリニック、児玉医院、小山記念病院、五郎台ファミリークリニック、済生会土合クリニック、坂本医院、島田総合病院、すずきクリニック、東部地区健康管理クリニック、永木外科胃腸科医院、にへいなかよしクリニック、白十字総合病院、人見医院、皮フ科内科クリヤマクリニック、宝山ハートクリニック、渡辺病院 (50音順)