

## 健康づくり講演会 心地よい運動のはなしと運動の実技

健康運動指導士の薄井 啓さんが、日頃から簡単にできる運動を紹介します。皆さんの参加をお待ちしています。

◇日時 3月11日(金)

午後1時30分～3時

◇場所 志津川保健センター

◇内容

講演「若さを保つ運動習慣～春にはあなたもスリム美人～」

講師 健康運動指導士 薄井 啓さん  
※当日は、動きやすい服装でお越しください。

## 第28回南三陸心臓血管病に関する健康セミナー

これまで、心臓病を中心にセミナーを開催してきましたが、今回は、高齢化が進むなかで関心の高い、肩や腰の痛みに関する内容となっています。

ご家族やご自身が健康に暮らすために、ぜひセミナーに参加してみませんか？

◇日時 3月26日(土)  
午前10時30分～昼12時

◇場所 志津川保健センター

◇内容 講演

講 師：西多賀病院 脊柱脊髄疾患研究センター長 東北大学名誉教授 国分正一先生  
テーマ：「訳の分からぬ身体の痛み・それはK点症候群」

◇質疑・相談

西多賀病院 脊柱脊髄疾患研究センター長 東北大学名誉教授 国分正一先生  
本田記念あおいクリニック 院長 本田剛彦先生

◇主催 南三陸町、財団法人星陵心臓友の会

◇後援 本田記念あおいクリニック、気仙沼地区地域医療委員会  
※相談を希望する方は、事前に保健福祉課まで申し込みください。

※講演会をスムーズに進めるため、午前10時20分までにご来場願います。

申し込み・問い合わせ

保健福祉課健康増進係 ☎46-5113

## 気軽にご利用ください ～街なか交流館利用案内～



街なか交流館は、町民の皆さんと町を訪れる方々との交流の場として、また、観光情報などの発信拠点として整備した施設です。

休憩や観光案内のほか、各種イベントの開催、会議等にも利用できますので、ぜひご利用ください。

■1階『交流室』

休憩やトイレの利用など、子どもから大人まで、どなたでも気軽に利用できる「休憩スペース」です。

■2階『多目的室』

観光協会の事務所が入っており、観光情報をはじめとする町の情報発信拠点となっています。

利用を希望する方は、企画課または街なか交流館2階窓口まで、気軽に問い合わせください。

問い合わせ

企画課まちづくり推進係 ☎46-1371

## 高病原性鳥インフルエンザ情報

日本国内で高病原性鳥インフルエンザが続発しています。町民の皆さんにおかれましては、次の点についてご理解とご協力をお願いします。

理解とご協力をお願いします。

### まん延予防について

この病気の発生やまん延を防ぐためには、家畜として飼育されている鳥と野鳥との接触を避け、何らかの異常を発見した場合は、早期通報することが重要です。

### 食用の肉や卵について

高病原性鳥インフルエンザに感染している鶏等の肉や卵が市場に出回ることはあります。

### 家畜やペットとして鳥を飼っている方へ

飼育している鳥類については、可能な限り、野鳥や野生動物と接触させないようにして

ことにより、鳥インフルエンザウイルスが人に感染することは世界的にも報告されています。冷静な行動をお願いします。

死亡した野鳥などは、絶対に素手で触れないでください。また、同じ場所で複数の野鳥

などが死亡しているのを見つけたときは、役場産業振興課に連絡ください。なお日

常生活において、野鳥などの排せつ物等に触れてしまつたときは、「手洗い」と「うがい」をすれば、過度に心配する必要はありません。

死亡した野鳥などは、絶対に素手で触れないでください。また、同じ場所で複数の野鳥