

ゆめづくり館だより



映画上映会のご案内

要予約
入場無料

「ボス・ベイビー・ファミリー・ミッション」

◆日時: 7月19日(火)
14時～16時

◆場所: 防災センター2階
研修室1・2・3

◆定員: 約40名 ※事前予約制

隣と間隔を空けたイス席となります。
そのため一人でイスに座って鑑賞できる
方を対象とさせていただきます。



ストーリー

お待たせ、ベイビー お遊びは、終わりだ

あれから25年。ボス・ベイビーは見た
目も中身も“エリートビジネスマン”にな
り、兄ティムと繰り広げた大冒険の記憶
もなくしていた。

しかし、ベイビー社からやってきた〈ボ
ス・レディ〉の指令により、ふたたび赤
ちゃん姿に戻り、兄ティムと共に世界を
救うミッションへと挑む。

(2021年7月公開 1時間47分)

事前予約制のため、参加をご希望の方は
中央ゆめづくり館

☎64-6755 (平日9時～17時)
までお電話をお願いいたします。

◆当日は手指の消毒、検温にご協力ください。

◆食べ物の持ち込みは禁止とします。飲み物は上映中以外でお願いします。

サークル・学級メンバー募集中!!

生徒募集中 体験レッスン受付中♪

リトミック・ピアノ鴻希教室

♪1歳～3歳 就園前クラス(午前中)

1歳～3歳クラスは、親子でのリトミッククラスです。
就園前の時期を親子でたくさん楽しんでいます。

♪年少クラス(木曜日15時20分～)

年少クラスは、慣れるまではお家の方も付き添っていただ
いています。少人数でピアノの音に合わせて表現したり、
楽器に触れたりして楽しんでいます。



【お問合せ】山本 早苗 ☎080-4543-7403

QRコードを読み込んでLINEから
問合せいただくこともできます



名張ダンススポーツ愛好会

【活動日】

第2・4月曜日

19時30分～21時30分

水曜日(不定)

13時～15時

【場所】

防災センター2階 研修室3



社交ダンスをはじめてみませんか
ぜひ一度 見学にきてください
お問合せは中央ゆめづくり館まで
お待ちしております



★きらきらひろば★

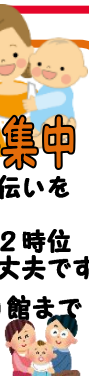
ボランティアスタッフ募集中

★子育て支援のきらきらひろばのお手伝いを
していただませんか。

★日時は第1・3木曜日の9時半～12時位
(変更あり) 毎回参加できなくても大丈夫です。

興味を持たれた方は、中央ゆめづくり館まで
お気軽にお問合せください。

子どもが好きな方お待ちしております♡



名張歩歩(ばっば)クラブ

ウォーキングを中心に、簡単なストレッチや体操もします

◆開催日(時間は全て10～11時となります)

7月14日(木)	8月25日(木)	9月8日(木)
10月13日(木)	11月24日(木)	12月8日(木)
1月26日(木)	2月9日(木)	3月9日(木)

講 師: 西中先生

場 所: 防災センター2階研修室・屋外

持ち物: タオル・飲み物

◆初めて参加される方は中央ゆめづくり館までご連絡ください

活動の様子を
YouTubeでご覧
いただけます



お問合せ・お申込み: 中央ゆめづくり館 ☎64-6755 (平日9～17時) まで

こんにちは！ 鴻之台・希央台まちの保健室です！



地域の身近な相談窓口
鴻之台・希央台まちの保健室
気軽にお電話ください☎
三永 63-0805

がん検診・特定健診の季節になりました！！

今年度も新型コロナウイルス感染症対策を、皆様にも協力していただくなかでの開催となります。ご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

- ◎発熱や風邪症状がある場合は、受診を控えてください。
- ◎健(検)診会場では、マスクの着用や咳エチケット、手指消毒にご協力を。
- ◎密閉・密集・密接を回避し、人と人との距離を確保するなど、受診環境の確保に努めます。

- ◎人の入れ替わり、消毒などで受診時間が長くなる場合があります。
- ◎感染拡大の状況により、健(検)診を中止する場合があります。
※直近の情報は中央ゆめづくり協議会・中央ゆめづくり館
facebook・LINE 等でお伝えしています。

☆年に一度の健(検)診を受けましょう

特定健診

対象者は、名張市国民健康保険にご加入の40歳～74歳の方です。名張市役所から6月末頃に受診券と併せて医療機関一覧と集団健診のお知らせを送付しています(5月～8月に国保へ加入した人は、手続きの2ヶ月後に送付)。送付された受診券は特定健診受診時に必要となります。紛失された方は名張市保険年金室(☎63-7445)までご連絡ください。※9月～11月に75歳になる方の有効期限は、75歳の誕生日の前日までです。

後期高齢者健診

対象者は、75歳以上の後期高齢医療制度に加入の方です。

- 内容は特定健診とほぼ同様です
(75歳になるのが、5～7月の人は8月下旬、8月の人は9月下旬に送付)。
- 500円で胸部レントゲン検診(肺がん・結核検診)も受診できます。



がん検診

名張市では7月からがん検診を実施しています。「医療機関で受けるがん検診」と「市役所などの会場で受ける集団がん検診」があります。
詳しくは、名張市ホームページ・広報なばり(6月10日号)をご覧ください。

☆自分のため 家族のため 元気なうちから がん検診を！

2人に1人はがんになる時代です。自分のため、家族のためにも継続的に検診を受けられることをおすすめします。

子育て中ママに朗報です(^_^)

8月18日(木)午後から防災センターで、託児付きの子宮頸がん、乳がんマンモグラフィ検診を実施します。

当日の10時～11時は子育てサロンきらきらひろばを開催、そのままひろば場所を利用して受付、託児をします。
詳細・申し込みは別紙をご参照ください。

◎いずれの健診・がん検診もケンコーマイレージ対象です！
受診結果や領収書などを、受診した年度内(3月末まで)に市役所一階、健康・子育て支援室または、まちの保健室までお持ちください

名張ケンコーマイレージ

健康づくりメニューの実践や健康増進につながる取組やイベントに参加することでポイントが貯まり、特典が受けられる制度です。



5ポイント貯まったら、とれたて名張交流館で500円分のお買い物券、ナッキー号乗車券500円分(引き換え必要)、名張市指定ごみ袋(申し込み必要)、市内5か所で利用可能な入浴補助券いずれかで利用できます。

健診の種類一覧(実施期間:令和4年7月1日(金)から11月30日(水)→各実施医療機関にて)

	対象者	健診内容	自己負担金
①特定健診	40歳～74歳の 名張市国民健康保険 加入者	血液・尿検査、血圧測定 身体計測、心電図	500円
②特定健診肺プラス		①健診内容 + 血液検査 + 肺がん検診 ※血液検査詳細は、上記QRコード参照	900円
③特定健診肺大プラス		②健診内容 + 大腸がん検診	1,500円
④後期高齢者健診	75歳以上の後期 高齢者	血液・尿検査、血圧測定 身体計測、心電図	無料
⑤後期高齢者健診 + 肺がん検診		④健診内容 + 肺がん検診	500円

①・②・④・⑤の健診は、11月14日(月)9:00～防災センターでも受けられます。
詳細・申し込みについては、別紙のお知らせをご覧ください。

*上記の対象者以外の40才以上の方には、加入している健康保険より健診のお知らせがあります。詳しくはご加入の健康保険にお尋ねください。



事前の申し込みは不要です。気軽にお立ち寄りください
※詳しい地図は別紙のチラシをご参照ください。
中央ゆめづくり協議会 ☎0595-64-6755



1号店・鴻之台第3会館 (鴻之台2番町)

7月27日(水)13時30分～16時30分
8月24日(水)13時30分～16時30分
町なか出前トークにご期待ください！！

2号店・鴻之台第2会館 (鴻之台5番町)

7月6日(水)13時30分～16時30分
※8月3日(水)は休店です
将棋・オセロ・健康麻雀等で脳を活性化！

3号店・希央台1・3番町集会所 (希央台3番町)

7月13日(水)13時30分～16時30分
8月10日(水)13時30分～16時30分
身体を使っの健康運動を実施します。
“めざせマイナス5才”で楽しくストレッチ♪

2022年 7月

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	1	2		
			太極拳 ヨガ 卓球B	卓球A		
3	4	5	6	7	8	9
			町なかクラブ2号店 社交ダンスA 卓球AB	きらきらひろば 編み物自衛衛 歌声ひろばヨガ	ヨガ 卓球B	グラウンドゴルフ 卓球A 子どもファーマー
10	11	12	13	14	15	16
			町なかクラブ3号店 社交ダンスB 女子会	リトミック 社交ダンスB 女子会	ヨガ 卓球B	卓球A
17	18	19	20	21	22	23
			映画会	英語 卓球A	社交ダンスA 女子会	社交ダンスB 卓球A
24/31	25	26	27	28	29	30
			町なかクラブ1号店	編み物 ヨガ	ヨガ	卓球A

卓球A-卓球クラブ
卓球B-卓遊会
社交ダンスA-名張ダンススポーツ愛好会
社交ダンスB-ダンスサークルフーガ

2022年 8月

日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
			リトミック 社交ダンスB	卓球A	太極拳 リトミック ヨガ 卓球B	卓球A
7	8	9	10	11	12	13
			町なかクラブ3号店 社交ダンスB 女子会	リトミック 社交ダンスB 女子会	太極拳 ヨガ 卓球B	グラウンドゴルフ 卓球A 子どもファーマー
14	15	16	17	18	19	20
			卓球B 英語	きらきらひろば がん検診 ヨガ	ヨガ 卓球B	卓球A
21	22	23	24	25	26	27
			社交ダンスA 女子会	社交ダンスB 卓球A	歩歩クラブ 太極拳 リトミック ヨガ 卓球B	グラウンドゴルフ 卓球A 子どもファーマー
28	29	30	31			
			リトミック	卓球A		

お問合せ・申し込みはゆめづくり館まで

☎64-6755