

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

「バッドガイズ」

◆日時: 7月20日(木)
14時~15時45分

◆場所: 防災センター2階
研修室1・2

◆事前予約制

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。



ストーリー

～『ボス・ベイビー』『シュレック』のドリーム
ワークスが贈る、最新アニメ大ヒット作!～
伝説のお宝は<バッドガイズ>がいただくぜ!
…と思いきや…?

「ワルをやるなら思いきり」を合言葉に、
次々とハデな盗みを成功させてきた怪盗集団
<バッドガイズ>。
お尋ね者の5人組が次に狙うのは、名立たる
強盗たちも奪えなかった伝説のお宝《黄金の
イルカ》。
しかし彼らの知らないところで、さらなる巨
悪が密かに動き始めていた――。

(2022年10月公開 上映時間 100分)

【その他注意事項など】

- ・とまりと間隔をあけた椅子席となっています。
- ・食べ物の持ち込みは禁止とします。
- ・名張ケンコー!マイレージ対象イベントです。
スタンプカードをお持ちの方は持参してください。



名張ケンコー!マイレージ

学級・サークル メンバー募集中!!

きのこ村
グラウンド
ゴルフ場

鴻之台
かほちゃ
公園

大和高原
ボスコヴィア

鴻之台・希央台
グラウンドゴルフの会

新会員募集中

体験参加も大歓迎!

お問い合わせは中央ゆめづくり館
までお願いします

楽しく健康づくり

はじめよう! グラウンドゴルフ

活動日: 毎月第2・第4土曜日 午前中
ホームコース: かほちゃ公園(鴻之台3号公園)
※必要な用具はすべて揃えています

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



【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



月ベビーリトミック開催

日時: 7月24日(月) 10時30分~
場所: 防災センター2階研修室
対象: お座りができはじめたお子様から
1歳前後のお子様まで

リトミック体験レッスンも受付中

♪親子1歳・2歳クラス

♪幼児(年少・年中年長)クラス

こんにちは！鴻之台・希央台地区まちの保健室です



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・二宮 63-0805

がん検診・特定健診の季節になりました！！

☆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月下旬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月中旬、8月の人は9月中旬に送付)。
●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(〇〇)

8月24日(木)午後から防災センターで、託児付きの子宮頸がん検診、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30分は子育てサロンきらきらひろばを開催、そのままひろばの会場を利用して受付、託児をします。詳細・申し込みは別紙のお知らせをご覧ください。

健診の種類一覧(実施期間:令和5年7月1日(土)から11月30日(木)→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 + 肺・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13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、後日配布のお知らせをご覧ください。

*左記の対象者以外の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。

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、次のいずれかで交換・利用できます。

- ①とれたて名張交流館で500円分のお買い物券として利用
- ②ナッキー号乗車券(5回分)と交換
- ③名張市指定ごみ袋と交換

④市内5か所で利用可能な入浴補助券として利用

- ⑤名張市老人福祉センター「ふれあい」カード購入補助券(500円分)
- いずれかで利用できます。



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26日(水)13時30分～16時30分
8月23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5日(水)13時30分～16時30分

8月2日(水)13時30分～16時30分

脳トレパズル・ボードゲーム・数独パズル・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12日(水)13時30分～16時30分
3B 体操: 和田先生

8月9日(水)13時30分～16時30分
バレーン 森先生

身体を使っの健康運動を実施しています。

2023年 7月

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

卓球A-卓球クラブ
卓球B-卓遊会

ダンスA-名張ダンススポーツ愛好会
ダンスB-ダンスサークルフーガ

☆サ
ー
ク
ル
・
学
級
活
動
予
定
表

—8月休み—
編み物教室・折り紙教室

2023年 8月

※変更になる場合もありますので詳細はお問合わせください

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

お問合せ・申し込みはゆめづくり館まで

☎64-6755