

那須中学校創立10周年記念事業を実施します！

新那須中1期生から9期生、そして中学3年生の10期生が10周年の機会に同窓のつながりを高め、横のつながりと縦のつながりをさらに強めてほしいとの思いを込めて那須中学校創立10周年記念事業を実施します！

■開催日時 11月2日(土) (午前8時45分～9時45分)

■問合せ 那須中学校 ☎78-0520



詳細はこちら

10月17日～23日は 「薬と健康の週間」です

薬は正しく使うことが重要です。薬を使用する際は、用法・用量や服用時間を正しく守りましょう。

▼お薬手帳を持ちましょう

お薬手帳は、ご自身が使っているすべての薬を記録し、管理するためのものです。お薬手帳はひとつにまとめておき、医療機関や薬局を利用する時に必ず持参しましょう。

▼かかりつけ薬剤師・薬局を持ちましょう

複数の医療機関にかかった場合でも、ご自身で選んだ1カ所の薬局に、お薬手帳と一緒に処方箋を持っていくことで、薬の飲み合わせや重複などの確認、残ってしまった薬や飲みにくい薬についての相談、在宅での療養が必要になった場合の相談などができます。

▼マイナポータルを活用しましょう

マイナポータルでは、過去のお薬情報をスマートフォン等で閲覧できます。また、ご自身が同意すれば、医師や薬剤師が過去の診療やお薬等の情報を直接閲覧できるようにするため、医療機関や薬局により正確な情報が伝えやすくなり、より安心して

医療を受けられるようになります。

▼問合せ 栃木県保健福祉部 医薬・生活衛生課

☎028・623・3120

バランスアップ食育講座の 参加者を募集します

食べることで健康を体感し、自分や家族、さらには地域の健康づくりを考え活動していく、食生活改善推進員の講座を開催します。

▼食生活改善推進員とは

「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、食生活を中心とした健康づくりを地域の方々とともに取り組む全国的なボランティア団体で、男性会員も活躍しています。

▼内容 食育・運動・口腔などの講話、調理実習

▼費用 2,000円(テキスト代)

▼日時 毎回木曜日

①11月21日②11月28日

③12月12日④1月23日

⑤1月30日

午前9時30分～午後2時30分

(1回目のみ午前9時15分～午後3時30分)

▼対象 全5回に出席できる方

▼場所 保健センター

(ゆめプラザ・那須内)

▼申込み・問合せ 保健センター

☎72・5858

認知症ケア講演会を開催します

認知症になっても「自分らしく」生きる、家族が認知症になっても安心して暮らしていける。そのきっかけをこの講演会で考えてみませんか。

▼日程 11月16日(土)

午後1時30分～3時30分

▼場所 ゆめプラザ・那須

▼主催 那須地区地域包括支援センター

高原地区地域包括支援センター

▼共催 那須町

那須町ケアマネジャー連絡協議会

▼内容 認知症が疑われる場合の医療機関受診について

・認知症になっても、「自分らしく」生活するために

▼講師 橋本律夫氏(国際医療福祉大学病院 医師)

・市川令江氏(オレンジカフェ「こもれびの時」代表)

▼参加費 無料

50名程度

▼申込み期限 11月8日(金)

▼申込み・問合せ 那須地区地域包括支援センター

☎71・1138



申込みフォーム

那須赤十字病院

マイタウンまつり2024

那須赤十字病院は基本理念「マイタウン・マイホスピタル」地域に根ざし、ともに歩み、心ふれあう病院に「を基本理念に、地域の皆さんが安心安全に治療に専念できるよう努めています。

今年度、5年ぶりに病院祭を開催します。どなたでも参加できますので、ぜひご家族やご友人を誘って遊びにきてください。

▼日時 10月20日(日) 午前10時～午後3時

▼場所 那須赤十字病院

・内容 体験会の開催、赤十字救急法・幼児安全法、ドクターカー・救急車展示、救護所展示、ゲームコーナー等

▼問合せ 那須赤十字病院 病院祭事務局

☎0287・23・1122

