

第11回 伯耆町バドミントン選手権大会参加者募集

町内のバドミントン愛好者による男女別ダブルス個人戦の大会を町民岸本体育館で行います。お気軽にご参加ください。

と き 1月12日(日) 8:20～ **と ころ** 町民岸本体育館

参加資格 町民および町内出身者、町内勤務者

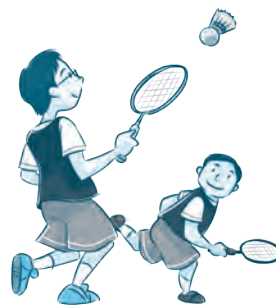
種 目 男子ダブルス(年齢フリー)／女子ダブルス(年齢フリー)

申込方法 町ホームページまたは町内各公民館にある申込書を総合スポーツ公園へ提出

申込締切 1月9日(木) 正午

問い合わせ先

総合スポーツ公園(岸本B&G海洋センター) ☎ 0859-68-3775



介護予防のための栄養と^{けんこう}健口講座の開催

栄養状態の低下や口腔機能の衰えは、全身の機能低下へと進み、要介護状態へとつながる可能性があります。高齢期に気をつけたい栄養の話や、歯と口の健康を保つための大切なポイントをお話します。ぜひご参加ください。

なお、当日は二部公民館高齢者学級との共同開催で、健康ポイント対象事業です。

と き 1月17日(金) 10:00～11:30(受付9:30～) **と ころ** 二部公民館

対 象 者 ・65歳以上の町民 ・栄養状態の低下や口腔機能の低下が心配な人
・食事が減り、筋力や体力が衰えてきたと感じる人
・噛む、飲み込むなどの口腔機能が衰えてきたと感じる人 など

内 容 演題：『介護予防のための栄養と健口講座』 講師：伯耆町役場 健康対策課 長田管理栄養士
大山リハビリテーション病院 長岡言語聴覚士

料 金 無料 **申込・予約方法** 電話・健康対策課窓口

持 ち 物 健康ポイントカード **申込締切** 1月10日(金)

申込・問い合わせ先

健康対策課 生活相談室(伯耆地域包括支援センター) ☎ 0859-68-5535

伯耆町健康ポイント 100ポイント達成者表彰

1年間に健康ポイント100ポイントを貯めた人を表彰し、副賞を進呈します。この対象となるためには、令和7年1月末までにポイントカードを利用券と交換することが必要です。

対象ポイント 令和6年1月1日～12月31日(1年間に貯めたポイント)

利用券交換期限 1月31日(金)

対象者への案内 対象となった人には、2月に通知します。



◀詳しくはこちら
(町ホームページ)

問い合わせ先

健康対策課 健康増進室
☎ 0859-68-5536