

## 五霞町結婚支援員が結婚相談会を開催します

結婚支援員が、結婚に前向きな方のお悩みやご相談にお答えします。親御さんだけのにご相談もお受けします。結婚支援を継続的に希望される方には、登録をお願いしています。相談時間は、30分〜45分程度になります。

相談費用、登録料などはかかりません。予約制です。インターネット申込み、または、電話でご予約ください。相談内容等の秘密は厳守しますので、お気軽にご相談ください。

○場所 ひばりの里 喫茶ばかばか  
(江川3201番地)

○日時 6月24日(日) 午後1時〜4時

○受付期限 6月20日(水)

○持ち物 登録を希望される方は、写真(できれば全身・L判)、印鑑をお持ちください。

○お申し込み

・電話の場合 結婚支援員 代表 石塚まで  
☎090(6526)4122

(受付時間) 正午〜午後7時  
氏名、性別、生年月日、現住所、相談希望時間、連絡先(できれば携帯電話)をお伝えください。

・インターネットの場合  
町公式ホームページからのお申し込み、または、次のQRコードを読み込み応募フォームからお申し込みください。



【応募フォーム】

○主催 五霞町結婚支援員連絡会  
(通信料はご本人負担となります。)

## 町民歴史講座 ヒストリーカレッジの開催

五霞の歴史を一緒に学んでみませんか。

○日時 6月24日(日)

午後1時〜3時30分

※本年度、全9回開催予定。

初回講座で年間予定をお渡しします。

○場所 中央公民館

○講師 吉田 優先生

(明治大学文学部教授) 他

○内容

五霞の歴史などの講義を行います。また、現地に向く歴史散歩などを行う予定です。

○申込締切日

6月22日(金)

○お申し込み方法

中央公民館に直接お申し込み(電話可)、または、QRコードを読み込み応募フォームからお申し込みください。

○お問い合わせ

教育委員会 生涯学習G  
☎(84)1460(直通)



(写真: 昨年の歴史散歩の様子)



【応募フォーム】

## 特定保健指導変更のお知らせ

特定健康診査の結果により、メタボリックシンドロームの該当者及び予備軍に対し、生活習慣改善のための保健指導(特定保健指導)を実施していますが、実施方法を次のように変更します。

### 特定健診受診

1か月後 ①腹囲 男性 $\geq 85$ cm 女性 $\geq 90$ cm、または、BMI $\geq 25$   
結果より ②血圧 収縮期 130mmHg以上、または、拡張期 85mmHg 以上  
③血糖 HbA1c 5.6%以上  
④脂質 中性脂肪 150mg/dl以上、または、HDLコレステロール 40mg/dl未満

①かつ、②~④のリスクのうち1つ以上  
血圧・血糖・脂質の服薬なし → 特定保健指導該当者

特定保健指導利用券の送付

特定保健指導初回面接・脱メタボのための目標決定

### 特定健診受診

①腹囲 男性 $\geq 85$ cm 女性 $\geq 90$ cm、または、BMI $\geq 25$   
②血圧 収縮期 130mmHg以上、または、拡張期 85mmHg 以上  
③血圧・血糖・脂質の服薬なし

会場にて特定保健指導初回面接

1か月後: 健診結果により、特定保健指導該当者決定

電話等により脱メタボのための目標決定

○お問い合わせ

保健センター

☎(84)1910(直通)