

オアシスの会に  
参加しませんか？



オアシスの会は、がんを経験された人が1人で悩まず、同じ経験をされた人と話ができる場所を作りたいという町民の思いでできました。

『がん』は胃、肺、大腸、乳、子宮など様々な臓器で発病し、2人に1人は『がん』になるとまで言われるほどたくさんの人が発病する可能性が高い病気です。

同じ病気を経験したからこそ分かち合えること、話せることがあると思います。話をすることで、気持ちが楽になることも多いです。

2か月に1回、奇数月の最終月曜日に定期的に会を開催しています。気軽に参加ください。

申し込みは不要です。

### 【3月の会】

日時

3月28日(月)

午前10時～正午頃

場所

ほのぼの 介護指導室

【問合せ先】

保健センター 福祉課

☎75-4101



# くらしの情報



くらしに役立つ情報をお届けします♪

## おしらせ

3月1日～8日は  
“女性の健康週間”です



for women's health

女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを目指して、毎年3月1日～8日は「女性の健康週間」と定められています。

3月1日～8日までの間、ほのぼの「そよかせ通り」で資料展示をしておりますので、ぜひご覧ください。

また、女性の健康に関する不安や悩みがある人は、保健師・管理栄養士などに気軽に相談ください。

### 女性の皆さんへのメッセージ



◆体と心の健康に女性ホルモンが大きく影響しています。女性ホルモンの分泌量やバランスは、一生を通じて、また1か月の短いサイクルでも大きく変化しているため、日々健康状態が異なります。

