

お知らせ なんたん

発行 南丹市
電話 0771-68-0001

第129号(4の4)平成23年5月27日発行

膠原病個別相談のご案内

膠原病は、適切な治療を受け、うまくつきあうことが大切です。病気や治療について心配ごとのある方、気になる症状のある方はこの機会に保健所にご相談ください。

●日時 7月6日(水) 午後1時～4時30分 ●場所 南丹保健所

●対象 膠原病で療養中の方、または、次の症状がある方

- ・皮膚が日光にあると過敏になる、発疹ができる、皮膚が硬くなりつまみにくい
- ・手指がこわばる、指先が冷えると白くなり痛む、普段している動作なのに力が入りにくいなど

●内容 専門医による個別相談 ●相談料 無料

●担当医 京都第二赤十字病院 井上衛 医師

●定員 6人(予約制:状況によりお断りすることがあります)

◇申込・問合せ先 南丹保健所保健室 TEL (0771) 62-2979

歴史・健康ウォーキング参加者募集

善峯寺から大原野神社までのコースを歩きます。古社寺が点在し、竹林の里と言われている西山一帯は年々住宅地化され、その姿を消しつつありますが、このエリアは竹林やのどかな田園風景を充分楽しむことができ、特に善峯寺からの見晴らし、正法寺の白砂に浮かぶ名庭に心癒されます。歩程8kmと長いですが、その分価値があると思います。

●日程 6月18日(土) 小雨決行

●コース 園部公園駐車場～JR園部駅西口(午前8時35分)～善峯寺(午前9時15分)～正法寺(午後1時時着) 善峯寺～正法寺(徒歩約2時間休憩含む) 大原野神社(午後2時30分到着・午後3時発)～園部公園へ

●集合場所・時間 園部公園駐車場(園部高校正門横) 午前8時30分

●解散場所・時間 園部公園駐車場 午後4時解散予定

●対象 現在、元気よく一人で8km以上歩ける方(健康状態のすぐれない方は、参加をご遠慮ください。コース、ご自分の体力、体調を十分チェックされたうえでご参加ください。)

●持ち物 弁当、水筒、保険証のコピー、汗拭きタオル、帽子(雨天時は雨具)

●参加費 一般:2,300円(バス代、保険代、拝観料) 会員:2,000円

※ただし、写真を希望される方は別途写真代が必要

●注意 今回はバスを利用しますので、定員に達し次第締め切ります。6月5日以降のキャンセルは、キャンセル料として2,000円いただきます。

※参加者は自己の責任で、健康、自己管理をして下さい

●申込方法 参加、入会の申し込みは6月10日(金)までに下記までご連絡ください。

※申込の取り消し、欠席がある場合は必ずNantan 健歩会まで連絡して下さい。

◇申込・問合せ先 Nantan 健歩会 TEL (0771) 62-3370

保健医療課 TEL (0771) 68-0016