

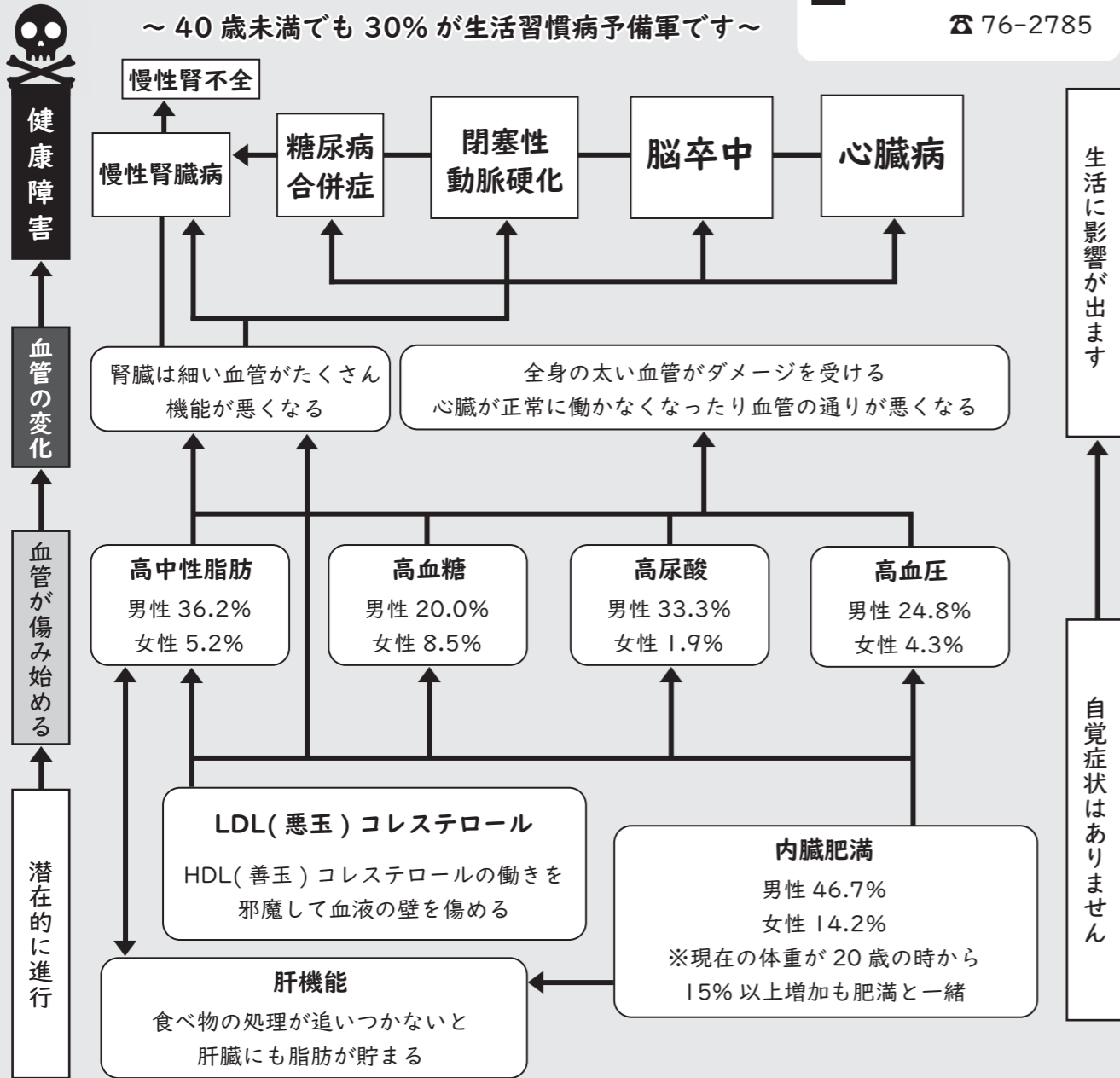


"若くてもこんなに異常値が!?"

健康増進課では、集団健診を受診していただいた40歳未満の市民を対象とした個別の結果説明(保健指導)を行っています。

今年度の受診者(男性105名、女性211名)の結果からみえてきた40歳未満の健康の現状について紹介します。

問 下地保健福祉センター  
☎ 76-2785



生活習慣病とは、その名のとおり生活習慣が原因で発症します。偏った食事、運動不足、喫煙、過度の飲酒、過度のストレスなど、好ましくない習慣や環境が10年、15年と積み重なることで発症のリスクが高くなります。毎年継続して受診することで今後の予防を考えることが可能です。日頃の健康状態を振り返る良いチャンスです。ぜひ健診を受けましょう!

催し物案内 ※予定は変更になることがあります。各主催者の情報をお確かめのうえ、ご来場下さい。

催物申請について ○必要な書類 文化ホール使用許可申請書、付属設備使用許可申請書  
○受付期間 使用する月の1年前の初日から。受付時間は午前9時から午後5時まで。※使用許可の順位は原則申請順となります。  
○使用料金の納期限 原則2週間以内。※使用料金が確認できない場合、使用をお断りすることがあります。予めご注意ください。

期日	催し物	入場料(円)	開場と開演	主催/連絡先
30(木)	東京大衆歌謡楽団 宮古島コンサート	3,980	開場:18:00 開演:19:00	さきしま楽 sing タイム 実行委員会 ☎ 0980-83-3386

シガツヌ

## 4月の博物館

高校生以下は  
土日祝日無料!

休館日 毎週月曜日  
29日(昭和の日)

お問い合わせ  
宮古島市総合博物館  
☎ 73-0567

★宮古関連の資料を集めています★

市総合博物館では、随時、宮古に関連する資料を集めています。ご自宅に宮古の古い写真や学校関連資料、今ではあまり使われなくなった道具がございましたら、博物館へご連絡ください。

上記以外の資料でもかまいません。みなさまからのご連絡をおまちしています。

## 4月クルーズ船入港情報 CRUISE

新型コロナウイルスの影響により、クルーズ船入港予定の変更が見込まれます。市ホームページのクルーズ船予定表をご確認いただくか、市役所港湾課までお問い合わせください。

宮古島市 クルーズ船入港予定

問 港湾課 ☎ 72-4876

■乳幼児健診4月のご案内

健診	日にち	時間	場所
★4か月児健診	24(金)	9時~10時半	平良保健センター ☎ 73-4572
★10か月児健診	24(金)	13時~14時半	
★1歳半児健診	25(土)	9時~10時半	
★3歳半児健診	25(土)	13時~14時半	
★マタニティスクール	21(火)	14時~16時	下地保健福祉センター ☎ 76-2785
★健康相談 (血圧、赤ちゃん、妊娠・出産・不妊の相談や心の相談等)	6(月)、13(月) 20(月)、27(月)	14時~16時	
	7(火)、14(火) 21(火)、28(火)	14時~16時	