



『ほねほね相談会』のご案内



「ほねほね相談会」とは…

毎月1回、今の骨の状態を知る一つの目安として、簡単な骨密度測定を行います。管理栄養士や保健師がお話を聞いて相談に応じたり、食事や運動についてのアドバイスをしていますので、お気軽にご参加ください。

なお、半年～1年空けての骨密度測定が望ましいといわれています。昨年5～11月ごろにほねほね相談会で測定された方は、是非ご参加ください。

日 時	5月17日(火) (受付 9:30～11:00)
場 所	すこやかセンター伊野
内 容	栄養相談、保健相談、骨密度測定



※事前に来所希望の時間に予約ができます。

※骨密度測定はかかとの部分で測る簡易な機器ですので、医療機関の機器とは異なります。“背が縮む、腰が痛い、背中が曲がってきた、圧迫骨折の既往がある”など症状がある方は、医療機関での詳しい検査をお勧めします。

予約・問い合わせ ほけん福祉課(すこやかセンター伊野内) 電話 **893-3811**

いやっし～土佐

こどもの日「プール無料開放」のお知らせについて

平成18年4月1日にオープンした当施設も皆さんのおかげをもちまして、6年目を迎えることができました。つきましては、「こどもの日」のプールを無料開放します。皆さんのご来場を心よりお待ちしております。

- ・実施日時 5月5日(木) 10:00～20:30(最終入場時間 19:45)
- ・場 所 1階プール
- ・対象となる方 幼児、小学生、中学生の方と保護者の方(1名に限る)

※当日は混雑が予想されますのでご了承ください。

※再入場の際は通常の施設利用料がかかります。

※小学3年生以下の方は、保護者(16歳以上と一緒に泳げる者)と同伴でなければ利用できません。

なお、保護者1名に対して2名(小学3年生以下)までが利用できます。

※詳細については下記の連絡先までお問い合わせください。

申込・問い合わせ

〒781-1111 土佐市北地2290番地 健康増進施設 いやっし～土佐 電話 **852-7618**

今すぐ Check!!

あなたの会社の『一般事業主行動計画』

Q1. 一般事業主行動計画って何?

- A. 次世代育成支援対策推進法に基づき会社が策定するもので、4月から従業員101名以上の企業は届け出が義務となっています。
事業主は、従業員の仕事と子育ての両立を図るための雇用環境整備等に関する計画を立て、かつ取り組む必要があります。

Q2. 労働者は自社の取組を知ることができるの?

- A. もちろんです!
事業主には社外への公表のみならず労働者に対する計画の周知義務もありますので、労働者の皆さんは自社の計画の内容を知ることができます。

何これ?くるみんマーク

【くるみんマークとは…】

策定した計画を達成し、一定の要件を満たした事業主が認定されて受けるものです。

このマークは「子育てサポート企業」の証しであり、認定を受けた事業主は自社HP等にマークを掲載できますので、確認してみましょう!



次世代認定マーク
【くるみん】

詳しくは… 高知労働局雇用均等室

電話 **885-6041** FAX **885-6042**