# 健　康　掲　示　板　健康福祉課より

## エンジョイスリム教室 1月からの参加者募集

問健康係【☎028（677）6042】

“エンジョイスリム教室”では、毎週多くの人が楽しく運動しています。
メタボが気になってきた人、「運動したいけどきっかけがなくて」という人など、この機会に始めてみませんか？

- **日　時**／火曜日　13：20～14：50
  水曜日　19：20～20：50
- **場　所**／農業者トレーニングセンター
- **内　容**／音楽に合わせた運動・筋トレ・ストレッチなど、体脂肪などの測定と月1回の健康講話
- **講　師**／神山裕子先生（トライビクスインストラクター）
- **参加費**／無料
- **申込方法**／12月20日までに健康係窓口か電話で申込

## 特定疾患者福祉手当の申請

問福祉係【☎028（677）1112】

- **対　象**／平成24年10月1日時点で芳賀町に住所があり、県発行の特定疾患医療受給者証（小児慢性特定疾患医療受診券を含む）の交付を受けている人、その保護者（毎年度1回の支給です）
- **見舞金**／年額2万円
- **申請に必要なもの**／印鑑・特定疾患医療受給者証か小児慢性特定疾患医療受診券・申請者の金融機関通帳
- **申請窓口**／健康福祉課
- **締　切**／平成25年3月29日（金）

※毎年度の申請が必要です。昨年度申請された人も本年度申請がないと支給されません。必ず申請してください。

## 高齢者日常生活支援事業

問介護保険係【☎028（677）6015】

### 緊急通報装置貸与

互いに見守りのできない高齢者のみの世帯や一人暮らしの身体障害者に、自宅での急病やけがなどの緊急事態を通報し助けを求めることができる装置を貸し出します。

### 手押し車（シルバーカー）購入費助成

65歳以上の高齢者手押し車の購入費の一部を助成します（生涯1回限り）。申請後に購入し、助成額を引いた残額をお支払いください。

- **助成金**／購入費のうち6,000円
  （町から5,000円、社会福祉協議会から1,000円）

### 高齢者福祉タクシー

65歳以上の高齢者のみの世帯に、タクシー乗車1回につき基本料金分のタクシー利用券を交付します（月4枚を限度、年間48枚）。

※申請や詳細のお問い合わせは介護保険係へ。

## 12月1日は世界エイズデー

問県東健康福祉センター【☎0285（82）3323】

世界エイズデーに合わせて無料でHIV検査などが受けられます。

- **日時**／12月4日（火）9：00～13：00
- **場所**／県東健康福祉センター
- **検査内容**／HIV、梅毒性器クラミジア、淋菌、

※予約不要、匿名可能です。

## 12月乳幼児健診・予防接種日程表

問健康係【☎028（677）6042】

12月　5日（水）4カ月児健診（平成24年7月生）
12月　7日（金）3歳児健診（平成21年10・11月生）
12月11日（火）BCG（平成24年6月13日～9月12日生）
12月12日（水）2歳6カ月児歯科検診（平成22年4・5月生）



# 集まれ！趣味仲間

## ヨーガ楽々会

問水橋分館【☎028（678）0004】
活 動 日　毎週土曜日
　　19：00～21：00
活動場所　水橋分館

ヨーガ楽々会は水橋分館で活動を行ってます。心臓から遠い手足の運動から始まります。この会は、平成8年8月に愛好会として立ち上げられました。現在、土曜日7時から2時間、水橋分館で活動しています。私たちは村田先生の親切丁寧なご指導のもと、さまざまなヨガのポーズをとり、自分に合ったやり方で運動しています。決して無理せず、焦らず、自分が気持ちがいいようにポーズをとっています。ヨガには、老化防止と若返り、ストレスの解消、ホルモンの働きや内臓機能の促進、身体の歪みの矯正などの効果があります。

会では、ヨガを通して健康の維持・増進に努め、明るい生活を送ることを目的としています。ただ今会員募集中です。興味のある人は、見学がてら水橋分館に来てみてください。

# 芳賀町の民話⑧　禅可塚

稲毛田の北のほうに「禅可塚」という小さい塚があります。禅可というのは芳賀高名という芳賀氏の殿さまがお坊さんになったときの名前です。

むかしむかし、宇都宮の殿さまが越後の国の守護になったとき、禅可さんは、殿さまの一番の家来としてその国を治めていました。しかし、時代は戦国の世で、日本の国中で戦が絶えない時代でしたので、まもなく越後の国をうばわれ、あちこちで戦を続けたあと、82歳で亡くなり、この地に葬られたといいます。

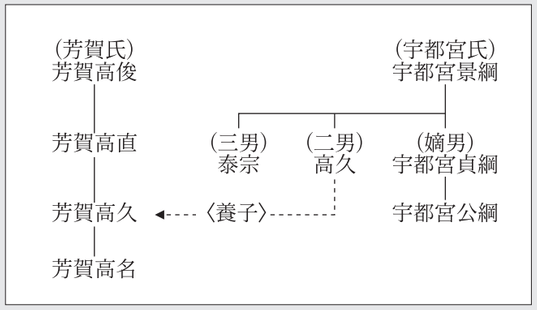
しばらくすると、念仏を唱えるときの鐘の音が「チーン、チーン」と鳴り響くようになりました。その上、禅可さんがあっちこっちでたびたびその姿を現し、念仏を唱えながら村の家々を回るようになり、村の人たちは皆恐ろしがりました。

鐘の音は塚の中から聞こえるので、村人たちが塚の上に石を立てて大切におまつりしたところ、やっと鐘の音が止み、禅可さんも姿を現さなくなったということです。

## 芳賀高名（禅可）氏とは

1291年（正応4年）～1372年（文中元・応安5年）

宇都宮景綱の子で、後に芳賀高直の養子となった。芳賀氏は宇都宮氏一族としての地位を獲得し勢力を拡大した。このころの居城は、茂木町の飛山城といわれている。室町幕府につき南北朝や観応の動乱などを戦い、下野国中央部の足利方の中心的存在となった。




▲芳賀高名の系統図