

# 保健 & 健康

## Health Design Page

申・問 健康推進課(保健センター内)  
TEL 42-9055 FAX 42-9054

### エンジヨイ 元氣アップ講座

「ゆったり体験、太極拳〜入門編〜」  
太極拳の効果と安全に行うための注意点を学びます。申し込み・参加費は不要です。動きやすい服装でご参加ください。

**とき** 1月10日(木)10時〜11時30分

**ところ** 樹海体育館

**持ち物** 室内用運動靴、タオル、飲み物

**講師** 藤島 清康氏

### エンジヨイ エクササイズ講座

「エアロビ体験！  
〜いい汗かいて！ストレス解消〜」  
汗をかくことの少ない冬こそ、エクササイズの発汗効果を実感し



てみませんか。申し込み・参加費は不要です。動きやすい服装でご参加ください。

**とき** 2月8日(金)19時〜20時30分

**ところ** 樹海体育館

**持ち物** 室内用運動靴、タオル、飲み物

**講師** 花岡 幸子氏

### インフルエンザに注意！

インフルエンザは感染力が強く、短期間に急速に拡大する感染症です。インフルエンザの流行に備えて、「かからない」「拡大させない」ために、一人ひとりが予防を心がけましょう。



#### 予防のポイント

- 栄養と休養を十分にとる
- 外出後のうがい・手洗い
- 適度な温度と湿度を保つ
- 人混みを避ける
- マスクの着用とせきエチケット

### 無料こころの健康相談

臨床心理士が、心の悩みを聞いてカウンセリングを行います。電話でお申し込みください。



**とき** 2月7日(木)  
13時30分〜16時30分

**ところ** 比内総合支所

## 大館市立病院職員を募集します

### 1 試験区分・受験資格

■薬剤師  
昭和57年4月2日以降に生まれたかたで、薬剤師の免許を取得しているかた(見込み含む)

### ■視能訓練士

昭和52年4月2日以降に生まれたかたで、視能訓練士の免許を取得しているかた(見込み含む)

### 2 この試験を受けられないかた

次のいずれかに該当するかたは受験できません。

- ①成年被後見人または被保佐人(準禁治産者を含む)
- ②禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終るまで、またはその執行を受けることがなくなるまでのかた
- ③大館市職員として懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から2年を経過しないかた
- ④日本国憲法またはその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、またはこれに加入したかた

### 3 試験の日程・合格発表

**とき** 2月16日(土)8時30分〜12時  
**受付時間** 7時45分〜8時15分

※8時15分から試験説明

### 合格発表

2月27日(水)予定

※合格者本人へ書面で通知するほか、市役所前の掲示板と市ホームページに合格者の受験番号を掲示します。

### 4 受験手続き

#### 受験案内と申込書の請求

受験案内・申込書は、職員課、比内・田代両総合支所市民生活課、総合病院総務課及び扇田病院総務係で配布しています。

※市ホームページからもダウンロードできます。

郵送による請求は、表に「職員採用試験(病院職員)」と朱書きした封筒に、返信用封筒(120円切手を貼った角形2号封筒に、郵便番号、住所、氏名を明記)を同封し、職員課に送付してください。

#### 申し込み手続きと提出先

申込書は職員課に提出してください。郵送での申し込みは、表に「職員採用試験申込」と朱書きした封筒に、提出書類と返信用封筒(80円切手を貼った長形3号封筒に郵便番号、住所、氏名を明記)を同封して、職員課に送付してください。

### 5 受付期間

1月7日(月)〜2月4日(月)  
8時30分〜17時15分(土日祝日除く)

※郵送の場合は2月4日(月)必着

### 6 申し込み・問い合わせ先

〒017-8555  
大館市字中城20番地  
大館市役所総務部職員課

市ホームページ  
43-7029  
<http://www.city.odate.akita.jp/>