

多球卓球教室 らくらくラリーピンポンドーム!

クリーンの人芝の中で、さわやかな汗を流しませんか?

あなたのペースに合わせて、講師が1球ずつ送るボールを打ちます。相手に気を使うことなく、マイペースでらくらくと多球練習ができます。

開催日 (毎週水曜日、全10回)
11月14日、21日、28日、
12月5日、12日、19日、26日、
14年1月9日、16日、23日

指導区分と時間

Aコース (中級以上) 14時～15時20分

Bコース (初心者・小学生) 15時40分～17時

ところ 大館樹海ドームアリーナ

内容 基本技術の指導

対象 小学生以上の市民のかた

定員 50人 (A・B合計)

参加料 一般のかた 2,000円
高校生以下 1,000円

※樹海ドームへ電話でお申し込みください。

申問 大館樹海ドーム

☎45-2500

あきた北空港 ニュース

11月のダイヤ
東京(羽田空港)便

あきた北	東 京	あきた北
9:15	10:25	7:35
15:40	16:50	14:00

運賃 片道通常23,500円。
往復だと片道あたり19,950円～。特割では片道18,500円～。

大阪(伊丹空港)便

あきた北	大 阪	あきた北
13:20	14:55	11:30
		12:50

運賃 片道通常29,500円。往復だと片道あたり24,800円～。
特割では片道23,500円～。(11/23～25の設定はありません。)
※大阪便は11月1日から、エア・ニッポンにて運航します。



＜お得なお知らせ＞
ご存じでしたか?

「往復航空券とホテル宿泊券」がセットになった割安旅行商品があることをご存じですか。東京便・大阪便のどちらにもあります。くわしくは、お近くの旅行代理店へ。

お問い合わせは地域振興課
☎49-3111 (内線351)

糖尿病・肥満を予防

市立総合病院では、十一月五日(月)～十一日(日)の糖尿病週間に、糖尿病食などの外来展示や栄養相談を行います。また、第三内科医師による講演会を行います。日ごろの健康管理のために、入院及び通院中の患者さんのほか一般のかたもお気軽にご参加ください。



「外来展示」と「講演会」

○外来展示

とき 11月6日(火)、7日(水)

9時～15時30分

○講演会

日程

6日(火) 13時～14時

「生活習慣病としての糖尿病」

第三内科部長 八代 均氏

7日(水) 13時～14時

「糖尿病最新の治療」

第三内科副部長 田澤 康明氏

市立総合病院会議室(新館3階)
※どなたでも無料で参加できます。
申問 市立総合病院栄養科
☎42-5370 (内線550)

子宮がん検診

申し込みの必要はありませんので、直接指定されている各医療機関で受診してください。

期間

11月5日(月)～17日(土)

指定医療機関

○検診期間中の診療時間内はいつでも受け付けます
(日・祝日を除く)

・石塚医院

・佐藤産婦人科医院

○指定の日時のみ受け付けします

・市立総合病院

検診日 11月6・7・8・13・14・15日

13時30分～14時30分

持ち物

保険証、健康手帳、検診料

頸部がん検診 1,300円

頸部がん検診十体部がん検診 1,800円

※体部がん検診は医師が必要と認められたのみに実施します。

※6月に子宮がん検診を受けたかたは今回は対象になりません。

検診料が無料となるかた

①老人医療受給者証持参のかた

②生活保護世帯のかた

③市民税非課税世帯のかた

※②③のかたは、事前に申請が必要です。印鑑を持参のうえ、保健センターにおいてください。

申問 保健センター ☎42-9055