

いきいき健康推進課 ほけんだより

お問い合わせ先 TEL0175-28-5800

入口地区

こころの健康づくり研修会

12月12日(水)に、入口地区のあづまる会に合わせ「こころの健康づくり研修会」を行いました。研修会では、『うつ病』について症状や対応方法について一緒に学び、予防方法の一つとして、試食提供も行いました。

↓試食提供↓
ほうれん草を使った
4つレシピです!



参加者の皆さん☆
楽しく学びました!



今後、地区での研修会を広げていきたいと思ひます。「こころの健康づくり」について、一緒に考えていきたいと思ひていますので、その際はぜひご参加ください!

石持地区

こころの健康づくり 研修会

こころの健康づくり研修会の2回目として、石持地区で開催します。ぜひご参加ください☆(試食や記念品もあります)

【日時】平成25年2月13日(水) 13:05~13:25

*当日は、あづまる会と同日開催です。この時間帯はどなたでも参加できます。

【場所】石持活力倍増センター

【内容】こころの健康づくりのお話しと試食提供

麻しん風しん混合ワクチンの接種 忘れていませんか?

この予防接種は、「麻しん」と「風しん」の混合ワクチンです。接種することで、免疫を強化します。対象となる方へは個別にお知らせをしていますが、まだ受けていない方が多数います。

接種は無料で受けられますが、**接種できる期間は平成24年3月31日まで**です。

【対象者】

- ① 1歳から2歳未満のお子さん
- ② 年長さん
- ③ 中学1年生
- ④ 高校3年生

【個別接種日程】

指定医療機関	受付時間	2月	3月
東通村 東通村診療所	13:30~16:00	25日 (月)	18日 (月)
むつ市 ちばクリニック	14:00~15:30	1日 (金)	1日 (金)
むつ市 どんぐりこどもクリニック	14:00~15:30		
むつ市 菊池医院	13:30~14:30		

早めの接種をお願いします。

今年度最後の 住民健診が あります!

今年度最後の、住民健診があります。今年度まだ健診を受けていない方は、ぜひ受診しましょう!申込みお待ちしております。

↓詳しくは、以下の通りです。

【日 程】平成25年2月3日(日)
平成25年2月4日(月)

【場 所】保健福祉センター

【受付時間】7:00~9:00

【健診内容】

特定(基本)健診、肝炎ウイルス検診、胃がん検診、大腸がん検診、肺/結核検診、前立腺がん検診

*年代や保険証によって受けれる健診が異なります。

申込がまだの方は、いきいき健康推進課
(TEL28-5800)まで

