

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

保健行事



【2歳6ヶ月児歯科健診】

とき 9月5日(木)
ところ 保健福祉センター
対象者 H22.12月生、H23.1・2月生
受付 12:45~13:00



【3歳6ヶ月児健診】

とき 9月10日(火)
ところ 保健福祉センター
対象者 H21.12月生、H22.1・2月生
受付 12:00~12:15



【赤ちゃん教室】

とき 9月25日(水)
ところ 保健福祉センター
対象者 H24.11月生、H25.2・4月生
受付 13:30~13:45



【キッズルーム】

毎月2回、保健福祉センターを遊び場として開放しています。
とき 9月12日(木)・26日(木)
ところ 保健福祉センター
対象者 就学前のお子さんと保護者
時間 10:30~16:00



【ママカフェルーム】

とき 9月26日(木)
キッズルームと同日開催☆
ところ 保健福祉センター
対象者 村内在住の妊婦さん
時間 13:30~15:00

母子手帳交付について

保健師が不在の場合もあります。**事前に連絡をくださるようお願いいたします。**

《個別予防接種》

	東通診療所	むつ市内・村指定医療機関
B C G	9月2日(月)	
ヒブ・肺炎	個別に医療機関へ予約 《むつ市内指定医療機関で接種する場合》 ●予診票に赤字で「広域」とご記入ください。 ●村いきいき健康推進課へ連絡をください。	
三種混合	9月9日(月)	9月20日(金)
四種混合	接種希望日1週間前までに、個別予約	*どんぐりこどもクリニック・菊池医院で4種混合を接種する場合は要予約
麻しん・風しん混合	9月19日(木)	9月6日(金)

	指定医療機関	受付時間
東通村	東通村診療所 ★実施場所：保健福祉センター	13:30~14:00
	ちばクリニック	14:00~15:30
むつ市内	どんぐりこどもクリニック	14:00~15:30
	菊池医院	13:30~14:30

注：やむを得ない事情で、広域の予防接種を希望する場合は、いきいき健康推進課までお問い合わせください。

【住民健診日程】

日	程	場	所	健診内容	早朝健診受付時間	婦人科受付時間
9月2日(月)		白糠	いさりび館	総合健診	7:00 ~ 9:00	11:30 ~ 13:00
9月3日(火)		入口	かしわの館	総合健診		
9月7日(土)		古野牛川	しおさいの館	複合検診		

*詳しくは、いきいき健康推進課までお問い合わせください。

健康増進普及月間

がん征圧月間

最近、メタボなどの肥満が悪い病気を引き起こすと注目を集めています。

肥満細胞、特に内臓脂肪は、血圧上昇や血栓をできやすくする悪玉物質を分泌すると言われています。

健診を受け、自分の体を知ること、病気を防ぎましょう！

こころの健康づくり

皆さんの周りにいる家族や友人など、大切な人の様子が、いつもと違うなど、ちょっとした気づきがあったら、ゆっくり話を聞いたり、場合によっては受診につなげましょう。

村いきいき健康推進課でも「こころとからだの相談」を随時受け付けています。

結核予防週間

最近、高齢者だけではなく、若い人にも増加傾向の『結核』。

結核は昔の病気ではありません。症状がある場合は、早めの受診を！

◆こんな症状に注意◆

- ・咳が2週間以上続く
- ・微熱が2週間以上続く
- ・急に体重が減った
- ・体がだるい など

保健協力員研修会

こころの健康づくり in 田舎館村

7月22日(月)に、保健協力員のこころの健康づくりのため、田舎館村へ行ってきました。



当日は、あいにくの雨でしたが、田んぼアートを見学し、気分も一新！これからも地区の皆さんの健康づくりのお手伝いをしていきます。