

ほけんだより

【問合せ先】いきいき健康推進課 ☎0175-28-5800

保健行事



母子手帳交付について

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



【赤ちゃん教室】

健康カレンダーと日程、対象月齢が変更になっています！

と き 9月13日(金)
 ところ 保健福祉センター
 対象者 H30年8・11月生、H31年4月生
 受 付 10:00~10:15

【3才6ヶ月児健診】

と き 9月3日(火)
 ところ 保健福祉センター
 対象者 H27年11・12月生、H28年1・2月生
 受 付 12:00~12:15



【2才6ヶ月児歯科健診】

と き 9月10日(火)
 ところ 保健福祉センター
 対象者 H28年12月生、H29年1・2・3月生
 受 付 12:30~12:45

【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11日(水)・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



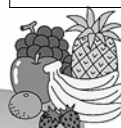
結核予防週間 9月24日~9月30日

結核検診を受けていますか？
 結核は『昔の病気』と思われがちですが、若い人にも新規の患者さんが増えています。
 また、80歳以上の高齢者においても、抵抗力が低下することで発症する方が増加傾向にあります。
 以下のような症状がある場合は、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



東通村食生活改善推進委員会です

風間浦村食生活改善推進委員会の方より、「ところてん」の作り方を学んできました。酢を入れて煮るだけではなく、煮方のポイントなども教えてもらい、おいしいところてんを作ることができました。



《予防接種》

*接種希望日の1~2週間前に、医療機関へ予約し、接種してください。
 *医療機関によって接種できない予防接種もありますので、医療機関等へお問い合わせ下さい。

指定医療機関		受付時間
東通村	東通村診療所	28-5111
むつ市内	ちばクリニック	33-8001
	どんぐりこどもクリニック	24-5656
	菊池医院	24-1276
	北村医院むつレディースクリニック	22-2135

【住民健診】

日程	場所	健診内容	受付時間
9月19日(木)	入口 かしわの館	複合健診	◎早朝 7:00~9:00
9月20日(金)	古野牛川 しおさいの館	総合健診	◎早朝 7:00~9:00 ◎婦人科 12:00~13:00

*詳しくは、いきいき健康推進課へお問い合わせください。

地区の住民健診を受診できなかった方は、東通村診療所での個別健診も受付しています。
 いきいき健康推進課までご相談ください。

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を勧めましょう。
 ☆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。



9月は健康増進普及月間

1に運動 2に食事 しっかり禁煙最後にクスリ

～健康寿命の延伸～

糖尿病・がん・心臓病・脳卒中などに代表される生活習慣病は、日常生活の過ごし方(生活習慣)が深くかかっています。この機会に、自分自身や家族のために基本健診やがん検診を受けて、生活習慣を見直しましょう。