

保健事業

11月 12月

相談・お問い合わせ(平日8:15~17:00)
健康福祉課 ☎0175-28-5800

【乳幼児健診】

と き 11月5日(水)
ところ 保健福祉センター
対象者 3歳6ヶ月児：R4年1~2月生
2歳6ヶ月児：R5年2~3月生
1歳6ヶ月児：R6年1~3月生
乳 児：R7年1~3月生

と き 12月10日(水)
ところ 保健福祉センター
対象者 3歳6ヶ月児：R4年3月生
2歳6ヶ月児：R5年4月生
1歳6ヶ月児：R6年4月生
乳 児：R7年4~5月生

*対象者には、個別に通知いたします。詳細は、個別通知をご確認ください。

【赤ちゃん教室】

と き 11月28日(金)
ところ 保健福祉センター
対象者 R6年9~10月生
R7年4~5月生
*対象者には、個別に通知いたします。詳細は、個別通知をご確認ください。

◆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、実施していない予防接種もありますので、必ずお問い合わせのうえ、接種をすすめてください。

指 定 医 療 機 関	電 話 番 号
東 通 村 東 通 村 診 療 所	28-5111
ち ば ク リ ニ ッ ク	33-8001
む つ 市 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

*定期接種には、対象年齢が設けられています。お子さんの母子手帳を確認し、接種し忘れのないようにしましょう。

◇バランスボール教室◇

と き 12月23日(火)
ところ 保健福祉センター
時 間 10:00
対象者 小学生10名程度
申込み 健康福祉課

◇母子手帳交付◇

保健師が不在の場合もありますので、母子手帳交付を希望される場合は、事前に健康福祉課までご連絡をお願い致します

【キッズルーム】

保健福祉センターを遊び場として開放しています。保護者間の交流や情報交換の場ともなっていますので、ぜひみなさん、遊びに来てください。

と き 12月19日(金)
ところ 保健福祉センター
時 間 10:00~12:00
対象者 未就学児と保護者

12月は
クリスマス製作です

【健診結果説明会のお知らせ】

*下記日程にて、健診結果をお返します。ぜひご参加ください。

日 程	11月6日(木)	11月7日(金)
対象者	10月4・10日に住民健診を受診された方	
会 場 及 び 時 間	●蒲野沢山あいの里 9:10~10:00 ●猿ヶ森農民研修センター 10:45~11:30 ●上田屋能舞の館 13:15~14:00 ●石炭平集会所 14:40~15:30	●保健福祉センター 9:00~11:00

*保健師・栄養士からの集団指導のほか、個別相談も行っています。健診結果をそのままにせず、自分自身の生活の振り返りや今後の生活習慣の改善に役立ててください。

*精密検査が必要と判断された方は、早めに医療機関を受診し、結果を健康福祉課 保健師までお知らせください。

◆1月の住民健診について◆

・1月に今年度最後の住民健診があります。健診希望の方は健康福祉課までご連絡ください。

・大腸がん検診について

→**健診日を含め5日前の便**の採取をお願いします。検便は1日分でも検査可能です。

・**1月25日(日)**に予定していた**乳がん検診**

は、申し込み人数が少ないため**中止**とさせていただきます。

申し込みをされていた方には、個別に連絡致します。

【キッズルーム】

9月10日(水)、保健福祉センターにてキッズルームを行いました。ちょっと早めのハロウィン製作や、ふわふわ遊具など子どもも保護者も楽しく過ごしていました。

今回は、12月にクリスマス製作を予定していますので、みなさん遊びに来てください★



11月14日は「世界糖尿病デー」

糖尿病は初期の段階では自覚症状がほとんどなく、血糖値が上昇すると「のどが非常に乾く」「尿が多い」「手足のしびれ」「体重減少」などの症状が出始めます。糖尿病は遺伝的な体質に加え生活習慣の乱れが大きく関わる病気です。普段から暴飲暴食を避け、適度な運動を心がけましょう。

糖尿病が進行すると、様々な合併症が引き起こされます。中でも「糖尿病性網膜症」「糖尿病性神経障害」「糖尿病性腎症」は「三大合併症」と言われています。

糖尿病の症状が悪化し、自覚症状が出てから治療を開始するのではなく、年に1回の健診で「早期発見・早期治療」を心がけましょう。