

《集団健診の申し込みが始まります》

◆各地区の保健協力員が、今年度の健診の申し込みにご自宅を訪問します◆

健診の希望項目、希望日を保健協力員にお知らせください。ひとみの里地区や寮にお住まいの方は、直接健康福祉課へ申し込みの連絡をお願いします。

◆40歳以上の社会保険被扶養者の方へ◆

今年度より、社会保険被扶養者で特定健診を受診希望の方は、

青森県総合健診センター（017-741-2336）へ事前に連絡が必要です。「社扶養で東通村の集団健診で特定健診を受診したい」とお伝えください。後日、健診センターより案内書と検尿キットが自宅へ送付されます。健診当日は、受診券を忘れずに持参してください。申し込みをされていない場合、受診できないこともありますので、忘れずに申し込みをお願いします。



◆要医療・要精密検査となった方へ◆

昨年度の健診で、精密検査が必要だった方は健診の結果を持って早めに医療機関を受診しましょう。

自覚症状がなくても、検査を受けることで病気の早期発見・早期治療や生活習慣を見直す機会となります。精密検査を受診した結果は、電話または来所で健康福祉課までお知らせください。ご連絡がない場合、確認の電話をさせていただく場合があります。

◆歯科健診を受けましょう◆

健康で長生きするためには、何でもよく噛んで食べることが大切です。口腔内環境が悪いと認知症になるリスクが高くなる可能性もあります。80歳まで自分の歯を20本維持するためには、毎日の歯磨きと定期的な歯科受診が重要です。年に1回歯科健診を受診し、歯の健康を維持しましょう。

歯科健診を希望の方は健康福祉課までご連絡ください。

すまいる通信 4月号

発行：こども園ひがしどおり 地域子育て支援センター MOCO MOCOクラブ



～MOCOMOCO クラブご利用案内～

●子育て親子の交流の場です。未就園児までのお子様のご利用ができます。

初めてのご利用大歓迎♪お気軽にお問合せください！

●MOCOMOCO クラブ開放

「9:30～12:00」「13:15～15:45」の開放です。

予約なしで上記時間帯ご利用できます。

●ハローベビーサークル・0歳児集まれ！

妊婦さん、0歳児のお様が対象です。

※通常の開放日やイベントも妊婦さん大歓迎です♡

●育児相談

お気軽にご相談ください。電話相談も受け付けております。

●MOCO'S カフェ 週1回開催

お茶やコーヒーを飲みながらリフレッシュしましょう！

●おはなし広場・測定日

身長体重の計測や成長記録表を作ることができます。

絵本の読み聞かせもあります。

●各種イベントは予約が必要です。

●発熱や風邪症状のある方、同居家族に同様の症状がある方はご利用をお控えください。

●予定を急に変更することがあります。

来園の前は必ずこども園ホームページの

「おしらせ」→「すまいる通信」をご確認ください。

【問合せ先】 ☎0175-31-0201 担当：加藤・竹林

4月の日程表（予定です。変更の可能性あります。）

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
・みなさん、こんにちは！ 新年度がスタートします 元気いっぱい遊みましょう！			1 MOCO MOCO クラブ開放	2 MOCO'Sカフェ 9:30～12:00	3 こども園 入園式	4 MOCO MOCO クラブ開放
5	6 MOCO MOCO クラブ開放	7 MOCO MOCO クラブ開放	8 MOCO'Sカフェ 9:30～12:00	9 MOCO MOCO クラブ開放	10 初めまして！ 午前15組	11 MOCO MOCO クラブ開放
12	13 MOCO'Sカフェ 9:30～12:00	14 ハローベビーサークル・0歳児集まれ！ 午前10組	15 ごいほり製作 午前10組	16 MOCO MOCO クラブ開放	17 MOCO MOCO クラブ開放	18 MOCO MOCO クラブ開放
19	20 MOCO MOCO クラブ開放	21 MOCO MOCO クラブ開放	22 MOCO'Sカフェ 9:30～12:00	23 おはなし広場・測定日 午前10組	24 MOCO MOCO クラブ開放	25 MOCO MOCO クラブ開放
26	27 MOCO MOCO クラブ開放	28 MOCO MOCO クラブ開放	29 昭和の日	30 MOCO MOCO クラブ開放		