

12月 保健センターからの お知らせ

会場・問い合わせ 保健センター（健康推進課） ☎385-2111・385-5045（保健センター直通）



予防接種

- 風しん 12月4日（金）
午後1時30分～2時30分
対象…9年1月～6月生
- ツベルクリン反応検査
12月7日（月）
午後1時30分～2時30分
対象…10年2月～8月生
- BCG 12月9日（水）
午後1時30分～2時30分
対象…10年2月～8月生
- 三種混合（I期追加）
12月17日（木）
午後1時30分～2時30分
対象…I期初回3回接種後12ヵ月以上経過した方

育児相談

12月15日（火）午前9時30分～11時
子育ての悩みを一人で抱えこまず、保健婦等と話し合しましょう。

健康相談

12月8日（火）午前9時～11時30分
血圧測定、体脂肪測定等で健康の確認をしたり、健康づくりプランを相談したりします。また病気などで心配のある人の相談に応じます。

乳幼児健診

- 幼児歯科健診 12月8日（火）
午後1時～1時20分（受付）
対象…6年6月・12月／7年6月／8年6月・12月生
- 乳児健診 12月16日（水）
午後1時～1時30分（受付）
対象…9年12月／10年5月・9月生
- 1歳6カ月児健診 12月21日（月）
午後1時～1時30分（受付）
対象…9年5月・6月生

療育相談

会場は横越町立横越児童館
12月4日（金）午前10時～11時
相談員が言葉や発達の遅れ等について相談に応じます。

献血にご協力を

12月11日（金）（成分献血）
午前9時30分～11時30分
午後1時～3時
会場は保健センター
今回の献血方式は成分献血のみです。成分献血は1人に60分程度かかります。成分献血を希望される方は12月7日（月）までに保健センターへご連絡下さい。

母子健康手帳交付

12月15日（火）
午後1時～1時30分（受付）
持参する物…妊娠届出書、印鑑、健康保険証、口座番号（医療費振込の為）
※歯科健診があります。

骨粗鬆症予防教室

12月22日（火）
午後1時15分～3時35分
対象…骨粗鬆症予防教室へ受講申込みをした方

12月の休日当番医院

（診療時間 午前9時～午後5時）

日	当番医院	電話番号
6	ゆきよしクリニック（亀田町稲葉1）	382-3450
13	押木医院（亀田町本町4）	381-2052
20	堀医院（亀田町船戸山4）	382-3031
23	高橋耳鼻科（亀田町元町3）	381-5840
27	こんの脳神経クリニック（亀田町泉町1）	383-1355
1/1	山岸医院（亀田町袋津2）	382-4133
2	小林整形外科（亀田町四ツ興野1）	382-7333
3	林皮膚科（亀田町四ツ興野1）	381-3111

◎次の医院は、医師在院のときは、緊急を要する診療に応じます。

- ・亀田第一病院（亀田町西町2）
☎382-3111
- ・阿部医院（亀田町新明町5）
☎381-2045
- ・佐藤医院（亀田町下早通）
☎381-2878

介護保険制度Q&A (No.7)

- Q サービスを受けるには、どんな手続きが必要ですか？
A 本人や家族が市町村に申請し、「要介護認定」または「要支援認定」を受けることが必要となります。申請については、ケアマネジメント機関（在宅介護支援センター等）や介護保険施設（特別養護老人ホーム等）に代行をお願いすることもできます。
- Q 「要介護認定」はどのように進められるのですか？
A 申請を受けた市町村は、介護サービス希望する人の心身の状況等について訪問調査を行い、その調査結果とかかりつけ医の意見書をもとに、「介護認定審査会」において6段階の要介護、要支援状態の認定が行われます。

ぼくもわたしも キラリッ子

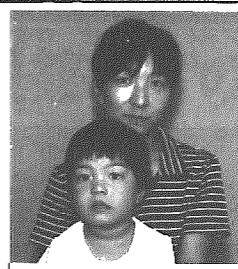


このコーナーでは、三歳児健診で、むし歯のなかったお子さんと保護者の方を紹介しています。

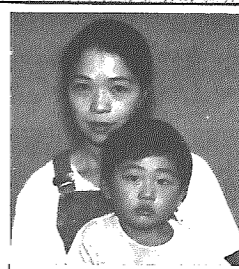
今月号は、平成七年八月から九月生まれのお子さんです。



芝沢 秀一ちゃん(横越中) 直美さん



浜田 里穂ちゃん(横越中) 里子さん



小林 優介ちゃん(横越中) 百合華さん

健康 41
シリーズ

楽しく子育てしよう 育児相談会・育児グループのお知らせ

最近、「近所に自分の子どもと同じ位の年の子がいない」引越してきたばかりで友達がいな「い」という声をよく耳にします。そこで、平成九年度から、お母さんとお子さんの交流の場になるように、また、子育ての心配ごとや不安を気軽に保健婦に相談できるようにと、育児相談会を行っています。毎回三十人くらいのお友達がお母さん、おばあちゃんに参加し、元気いっぱい遊んでいます。

また、町内でも四つの育児グループが活動していますのでご紹介いたします。①日時、②場所、③活動の様子、④連絡先の順です。なお、活動時間はすべて午前十時から正午頃までです。

川根谷内



石田 愛ちゃん(川根谷内) 朋子さん

- ①月一回（不定期）
- ②保健センター

③子どもにとっても親（子守）にとっても良いことばかり。子どもは広い場所ので伸び伸び遊べ、昼寝もよくします。親子ともに友達ができ、本当にうれしい場となっています。

沢海

- ④健康推進課
- ①第一・三金曜日（第五は場合による）
- ②農村環境改善センター
- ③あたたかい時期には野外でバーベキュー、春から入園する子がいる時はさよなら会（お食事会）をしました。近くに顔なじみもでき、親同士、子ども同士仲良くなれて、みんな楽しんでいきます。
- ④諸橋麻紀 ☎三三五四七〇五
- ⑤二本木（お元気舎）

骨粗鬆症予防教室のお知らせ

10月7日～10月9日に実施した骨粗鬆症検診には、233名の方が受診され、皆さんのところに受診結果をお届けしました。今年度も、検診の結果をもとに、次のとおり骨粗鬆症予防教室を開催しますので、参加希望の方は、保健センターへお申し込み下さい。

対象者：平成10年度骨粗鬆症検診で要指導・要精検といわれた人
骨粗鬆症について勉強したい人や興味のある人
募集人数：先着30名（4回継続して参加できる方）

	月日	時間	内容	場所
1回目	12月22日（火）	午後1時15分～午後3時35分	開講式 医師講話（骨粗鬆症とは） 話し合い ストレッチ体操	保健センター
2回目	1月28日（木）	午後1時20分～午後3時35分	栄養の知識（カルシウムの多い食事） 食事調査表の返却 話し合い ストレッチ体操	
3回目	2月17日（水）	午前9時30分～午後3時10分	調理実習（カルシウムの多い献立） 運動の知識・実践（ウォーキング） 話し合い	
4回目	3月4日（木）	午前9時30分～午前11時20分	栄養の知識・総まとめ 話し合い 閉講式	

- ①月二～三回（不定期）
- ②保健センター
- ③同じくらいの年のの子と知り合え、大勢で遊ぶことにより、貸し借りやお片付けなどルールを学んでいます。泣いたり笑ったりとてもにぎやかです。
- ④関口妙子 ☎三八一七三三三
- ⑤小杉・藤山・駒込

④健康推進課
どのグループも、たくさんのお友達の参加を待っています。子供は遊びを通して心と体を成長させ、ストレスを発散したり、社会性を培って行くものです。お気軽に参加されてみてはいかがでしょう。詳しくは保健センターまでお問い合わせ下さい。
（☎三八五〇四五）