

# 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

- ツベルクリン反応検査  
12月8日(水)  
午後1時30分～2時30分  
対象…11年2月～8月生
- BCG 12月10日(金)  
午後1時30分～2時30分  
対象…11年2月～8月生
- 三種混合（I期追加）  
12月17日(金)  
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7日(火)・12月21日(火)  
いずれも午前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。

### 療育相談

会場は横越児童館  
12月17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。

### 健康相談

12月14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、  
病気等で心配のある人の相談に  
応じます。

### 乳幼児健診

- 乳児健診  
12月15日(水)  
午後1時～1時30分（受付）  
対象…10年12月/11年5月・9月生
- 1歳6カ月児健診  
12月20日(月)  
午後1時～1時30分（受付）  
対象…10年5月・6月生
- 2歳児健診 12月9日(火)  
午後1時～1時30分（受付）  
対象…9年10月～12月生
- 幼児歯科健診 12月14日(火)  
午後1時～1時20分（受付）  
対象…7年6月・12月/8年6月  
/9年6月・12月生

### 骨太教室

12月22日(水)  
午後1時15分～3時30分  
対象…骨太教室に受講申し込みを  
した方

### 平成12年度の住民健診の申し込み

町では、町民の病気の早期発見、健康の保持・増進のため平成12年度にどこで健診を受けるか調査します。  
12月中旬に郵送する住民健診調査書により、平成12年度の健診の個人通知をいたしますので、忘れずに調査書を提出してください。



### 母子健康手帳交付

12月21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。

### HDL(コレステロール)教室

12月16日(水)  
午前9時～11時30分  
対象…HDL教室受講申し込みをした方

### 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
5日	片桐医院 (亀田町水道町1)	381-3320
12	おおむら内科 (亀田町四ツ野野2)	381-2121
19	よこごし母子クリニック (川根谷内)	385-3888
23	西内科医院 (横越)	385-4171
26	吉田医院 (横越)	385-3731
1/1	源昌医院 (亀田町向陽1)	382-7660
2	佐藤医院 (亀田町諏訪3)	381-6616
3	みどり町内科 (亀田町緑町2)	382-5225

◎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

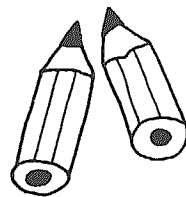


このコーナーでは、3歳児健診で、むし歯のなかったお子さんと保護者の方を紹介しています。

## ぼくもわたしもキラリッ子



今月号は、平成8年8月から9月生まれのお子さんです。



**生活習慣病って**  
生活習慣病は、食生活、運動習慣、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣の影響を受けて発症したり、進行したりする病気の総称です。病気になるためには、できるだけ早い時期から、「バランスのとれた栄養・適度な運動・十分な休養」といった健康的な生活習慣を確立することが大切になります。

### 第3回「更年期相談会」開催

新津保健所では、更年期の女性を対象に、更年期特有の身体や心の悩み・問題に対して、婦人科医師及び精神科医師による更年期相談会（第3回目）を開催します。

めまい、頭痛、尿失禁、不眠、イライラ、気分が落ち込むなど、気になる身体・心の問題を解決するため、お気軽にご利用ください。

▶日時 12月17日(金) 午後1時30分～3時30分

▶会場 新津保健所（新津市南町）

▶申込・問い合わせ  
相談日の前日（12月16日）までに、新津保健所地域保健課保健指導第1係へお申し込みください。☎0250-22-5171



### 健康シリーズ 53

## 健診を健康づくりのために生かしましょう

6月から7月にかけて各地区で実施した基本健診に1、836名の方が受診されました。町民全体の結果としては、脂質代謝、心所見、糖代謝、貧血等に、指導や治療が必要であると指示されている人が多かったようです。それらは、いずれも生活習慣に深く関わりがあります。

**生活改善がそう**  
町では、基本健診の結果を受けて、毎年、疾患別に高脂血症教室、糖尿病教室等を実施しています。多くの方々に参加し、学習され、生活改善に向けて努力されています。いつまでも健やかな生活を送るために、毎年一回は健診を受けて、自分自身の健康状態を把握するとともに、その結果をもとに、自分の健康状態に合わせて生活習慣を改善していくようにしましょう。