5月 保健センターからのお知らせ

▶会場：保健センター　▶問い合わせ：役場健康推進課　☎385-2111

予防接種

○午後1時～2時20分（受付）

■ 三種混合（1期初回③）
5月11日㈮
対象：12年6月～11月生
※1期初回①②追加も可能です。

■ 麻しん　5月21日㈪
対象：初回12年1月～4月生

■ ツベルクリン反応検査
5月23日㈬
対象：初回12年9月～13年1月生

■ BCG　5月25日㈮
対象：初回12年9月～13年1月生

※上記の予防接種は、法定年齢に達しているお子さんも接種可能です。

■ 日本脳炎①
5月31日㈭・6月1日㈮
対象：満3歳以上

育児相談

5月15日㈫・6月5日㈫
午前9時30分～11時
子育ての悩みを一人で抱えこまず、保健婦等と話し合いましょう。
5月15日には、栄養士によるおやつ指導があります。

発達相談

会場は横越町児童館
5月18日㈮　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。

離乳食講習会

5月28日㈪　午前9時30分～11時
対象：12年12月～13年1月生

乳幼児健診

○午後1時～1時30分（受付）

■ 乳児健診　5月30日㈬
対象：12年5月・10月
／13年2月生

■ 3歳児健診　5月28日㈪
対象：10年4月・5月生

■ 幼児歯科健診　5月8日㈫
対象：8年11月／9年5月・11月／10年11月／11年5月生
保育園年中～小学校入学前で、町外の保育・幼稚園で洗口していないお子さんは、幼児歯科検診を受けてください。

健康相談

5月8日㈫　午後9時30分～11時
血圧・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。

機能訓練教室

5月11日㈮　午前9時30分～午後2時30分
5月24日㈭　午後1時～3時30分
対象：機能回復訓練教室参加登録者

母子健康手帳交付

○午後1時～1時30分（受付）
5月15日㈫
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。

母親学級

6月5日㈫
午後1時15分～3時30分
対象：平成13年7月から10月までの出産予定の方

5月の休日当番医院

（診療時間　午前9時～午後5時）

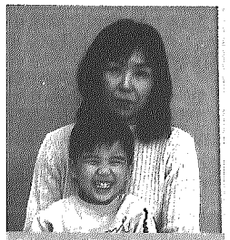
日	当番医院	電話番号
3	みどり町内科（亀田町緑町2）	382-5225
4	富樫耳鼻科（亀田町四ツ興野1）	381-7373
5	片桐医院（亀田町水道町1）	381-3320
6	小林整形外科（亀田町四ツ興野1）	382-7333
13	林皮膚科（亀田町四ツ興野1）	381-3111
20	源昌医院（亀田町向陽1）	382-7660
27	佐藤医院（亀田町諏訪3）	381-6616
6/3	みどり町内科（亀田町緑町2）	382-5225

◎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

ぼくもわたしもキラリッ子

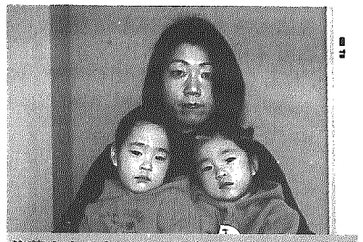
このコーナーでは、3歳児健診で、むし歯のなかったお子さんと保護者の方を紹介しています。

今井　敦也ちゃん　由紀子さん（二本木4）



稲泉　壮瑠ちゃん　敬子さん（川根町5）

竹部　裕貴ちゃん　博子さん（川根町3）



佐藤ももかちゃん、さくらちゃん　めぐみさん（藤山）

長谷川萌花ちゃん　登さん（藤山）

山崎　恒ちゃん　美紀さん（中央4）

健康づくりのお手伝い 『食推さん』のご紹介

健康シリーズ70

『食推』という言葉を初めて耳にする方も多いと思いますが、町では今年、『食推』が誕生しました。

『食推』とは、「食生活改善推進員」の略称で、全国では約22万人もの方がいらっしゃいます。正しい食事、バランスのとれた食事は健康の基本ですが、自分で食生活を改善しようとすると、いろいろな難しい問題にぶつかります。そんな時、自分の生活経験を通じて〝生きた知恵〟をかしてくれる人が『食推』と呼ばれる方々なのです。栄養と食生活を中心に、子どもからお年寄りまで、皆さんがより健康に過ごせるように、お手伝いしてくれます。

わが町の『食推』は、昨年度の栄養教室を修了された12名の方が会員となっています。今年度は、話し合いを重ねた結果、**「食生活の基本となる時期の子ども」**を対象に、各地区の育児サークルにおじゃまさせていただき、活動することになりました。その中で、お母さん方が困っていること、望んでいることなどを知り、その後の活動に活かしていきたいと思っています。

また、その他にも住民の皆さんから依頼があれば、お手伝いさせていただきますので、是非お声がけください。

皆さんと力を合わせながら、元気で長生きする健康な町づくりのため、がんばります。

▼問い合わせ　健康推進課

平成13年度 横越町食生活改善推進部員

（食推さん）

役職	地区	氏名
部長	二本木	藤崎るり子
副部長	沢海	渋谷　洋子
監事	中央	水上　悦子
	中央	新保　涼子
	中央	武藤まゆみ
	川根町	菊地　栄子
	沢海	松本　和子
	二本木	青木久美子
	二本木	井越むつ子
	二本木	大野　洋子
	二本木	橋　比止美
	二本木	塚原　洋子
計12名		

あゆみの会 参加募集のお知らせ

町では、病気等によりお体が不自由になった方、また、足腰が弱くなったため、あまり外出する機会がない方を対象に、『あゆみの会』を開催しています。
月1回程度の開催で、送迎もしています。内容は、日によって違いますが、カラオケ・料理・ゲートボールなどで、楽しみながらリハビリを行っています。
参加希望の方は、健康推進課（保健婦）まで、お問い合わせください。（☎385―2111）