

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)  
午後1時30分～2時30分(接種時間)  
■ツベルクリン反応検査  
5月19日(月)  
対象…生後3か月～48か月のお子さん  
■BCG 5月21日(水)  
対象…ツベルクリン接種後の48時間後(翌々日)に判定を受け、陰性(-)の人はBCGを接種。  
※接種後28日間は、他の予防接種はできません。

## 乳幼児健診

午後1時～1時30分(受付)  
■乳児健診 5月28日(水)  
対象…14年5月・10月/15年2月生  
■3歳児健診 5月26日(月)  
対象…12年4月・5月生  
■幼児歯科健診 5月13日(火)  
対象…10年11月/11年5月・11年12月11月/13年5月生  
午前9時30分～9時45分(受付)  
■2歳児健診 5月8日(木)  
対象…13年4月・5月生

## 母親学級

6月3日(火)  
午後1時～1時30分(受付)  
対象…平成15年7月～10月出産予定の方

## 母子健康手帳交付

5月20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。

## 離乳食講習会

5月26日(月)  
午前9時30分～9時45分(受付)  
対象…14年12月・15年1月生

## 健康相談

5月13日(火)  
午前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、病気で心配のある人の相談に応じます。



## 5月の休日当番医院

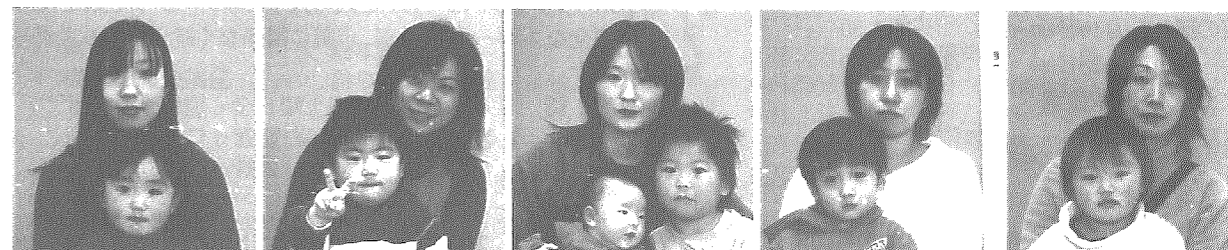
(診療時間 午前9時～午後5時)

日	当番医院	電話番号
3	吉田医院 (横越町茜ヶ丘)	385-3731
4	ゆきよしクリニック (亀田町稲葉1)	382-3450
5	さとう小児科医院 (横越町中央2)	385-5200
11	高橋耳鼻科 (亀田町元町3)	381-5840
18	横田医院 (亀田町袋津3)	381-2729
25	松原医院 (亀田町本町2)	381-2243
6/1	高橋医院 (亀田町東本町4)	381-2062
8	さとう小児科医院 (横越町中央2)	385-5200

◎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  
・佐藤医院(亀田町下早通) ☎381-2878



武藤 花菜子ちゃん(中央5) 市野瀬 威ちゃん(沢海1) 齋藤 果ちゃん(沢海1) 山住 祥大ちゃん(上町1) 有希子さん



石倉 李奈ちゃん(沢海1) 渡邊 凌介ちゃん(東町1) 小川 凌ちゃん(いぶき野1) 今井 達ちゃん(二本木4) 田代 春花ちゃん(沢海3) 由里子さん



中村 夕音ちゃん(阿賀野2) 中野 遥ちゃん(いぶき野2) 波多野 琴南ちゃん(うけい2) 安居 綾音ちゃん(茜ヶ丘) 中村 龍斗ちゃん(川柳町4) 美貴子さん

# 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。

## 子育て広場

5月6日・20日・27日  
6月3日(いずれも火曜日)  
午前9時30分～11時  
子育ての悩みを一人で抱えこまず、保健師等と話し合しましょう。

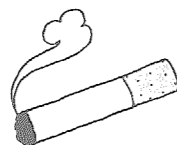
## 機能訓練教室

5月23日(金)  
午後1時30分～3時30分  
対象…機能訓練教室参加登録者

## タバコを吸わない人も吸っている!? 5月1日から受動喫煙の防止が図られます

健康日本21の最大目標である生活習慣病の予防と健康寿命の延長を支える「健康増進法」が、5月1日から施行されました。この法律により、学校や病院、事務所、飲食店など多数の人が利用する場所では、受動喫煙を防止するための措置、全面禁煙または分煙が講じられるようになります。

「受動喫煙」とは、室内またはこれに準ずる環境で、他人のたばこの煙を吸わされることを言います。この受動喫煙による身体への影響として、せきや頭痛、血管収縮、肺がんなどが報告されており、タバコを吸う人だけでなく、吸わない人の健康もタバコの危険にさらされています。一人一人の努力とみんなの協力で、健康づくりを進めていきましょう。



健康82  
シリーズ

## 在宅介護支援センターの紹介 気軽に声がけ下さい!

横越町には、「横越町保健センター」と特別養護老人ホーム「横雲の里」に在宅介護支援センターがあります。

支援センターの役割は、少しでもお年寄りが住み慣れた家で暮らせるためのお手伝いをする事です。主な仕事としては、町から依頼された次のようなことなどを行っています。

- ①高齢者実態把握(お年寄りの様子をお聞きします)
- ②福祉サービス申請代行(本人に代わって申請手続きをします)
- ③介護保険に関する申請や相談
- ④介護教室や介護者の集い
- ⑤高齢者に関する相談

お年寄りのことは、いつでもご相談下さい。

閉じこもりの予防  
地域のお茶の間へどうぞ

「近所に友達がいない、話相手や友達が少ないなあ」と思っている方はいませんか?  
毎月第4月曜日、午前10時から老人福祉センター(役場となり)で「地域のお茶の間」が開催されています。元気でいる秘訣は、人の中に出ることだと言わ

◆日時 6月13日(金)  
午後1時30分～3時30分

◆場所 横越町保健センター  
参加を希望される方は、各介護支援センターへご連絡ください。  
・横越町在宅介護支援センター ☎385-5045  
・在宅介護支援センター横雲の里 ☎0250161555

◆介護者の集いを開催  
参加をお待ちしています!  
ご家庭で介護をされている方ならどなたでも参加できます。介護をしている方は、24時間間の休まることも、自分だけの時間を作ることもままならないと思います。同じ状況の人でないとは分り合えないことも多くあります。

そこで、悩み・嬉しかったこと・こんな時どうしてる?など、お話ししてみませんか。ストレスを解消し、リフレッシュできることでしよう。たくさんの方の参加をお待ちしています。