



健康栄養相談



健康について、悩みを相談しませんか。

血圧測定、体組成計による測定もできます。

- ▶と き／12月9日(月) ①午前9時30分から
②午前10時30分から

▶ところ／保健センター

▶持ち物／健康手帳(お持ちの人)、
みそ汁(大さじ1杯程度、塩分測定希望者)

▶申込期限／12月5日(木)

にこにこキッチン

お子さんの食べムラ、好き嫌い、
小食など食事に関して困っていませんか？

食事を補うおやつ作り教室を開
催します。



- ▶と き／1月8日(水) 午前10時～正午

▶ところ／保健センター

▶対 象／令和4年2月～令和4年11生まれ

▶定 員／8組(先着順)

▶内 容／親子クッキング(カラフルチジミ)

▶持ち物／母子健康手帳、エプロン、三角巾、
マスク、手ふきタオル、お茶、筆記用具

▶申込期限／12月2日(月)～12月27日(金)

▶予約方法／二次元コードから



▶申込みはこちら

乳幼児すこやか相談

子育てについて、悩みを相談しませんか。身体測定もで
きます。

- ▶と き／1月14日(火) 午前9時15分～11時

▶ところ／保健センター

▶対 象／乳幼児

▶持ち物／母子健康手帳

▶予約方法／二次元コードから
(当日予約のみ電話)



▶申込みはこちら

七草がゆの振る舞い

町民のみなさんの無病息災を願い、「七草がゆの振る舞
い」を行います。

- ▶と き／1月7日(火)

午前10時～午後1時(350食)

※なくなり次第終了

▶ところ／保健センター



集団健診(特定・30代)・集団がん健診 (胃・子宮・肺)の予約状況(11月13日現在)

▶ところ／保健センター

○：空きあり △：残りわずか ×：受付終了

①9:00～9:30	②9:30～10:00	③10:00～10:30
④10:30～11:00	⑤13:00～13:30	⑥13:30～14:00
⑦14:00～14:30	⑧14:30～15:00	

※＝今年度最終日

◎特定健診・30代健診

と き	①	②	③	④
12/17(火)	○	○	○	○
12/18(水)	○	○	○	○

その他の日程：1/29(水)、1/30(木)

◎胃がん検診(バリウム検査)

と き	①	②	③	④
12/ 2(月)	×	△	○	○
12/23(月)※	○	○	○	○

◎子宮頸がん検診(内診・細胞診)

と き	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
12/ 2(月)	×	×	○	○	○	○	○	○
12/23(月)※	△	○	○	○	○	○	○	○

▶予約方法／電話(☎22-1021)または
二次元コードから
(実施日の5日前まで)



▶申込みはこちら

12月1日は世界エイズデー

感染防止や差別・偏見解消のためには、一人ひとりが正
しい知識を身につけることが大切です。この機会にエイ
ズや性について考えましょう。

HIVとエイズ

HIV(ヒト免疫不全ウイルス)は、エイズ発症の原因とな
るウイルスです。感染すると、10年ほどの潜伏期間を
経て免疫力が低下し、さまざまな感染症の症状が現れま
す。これらの症状の総称をエイズ(後天性免疫不全症候
群)といいます。

3つの感染ルート

- ①性行為感染：感染原因のほとんどは性行為感染による
ものです。
- ②血液感染：感染者の血液に触れたりすることで感染し
ます。
- ③母子感染：感染している母親から赤ちゃんへ感染し、
母乳にもHIVが含まれます。
HIVは感染力が弱く、握手や食器類の共用、入浴など、
日常生活で感染することはありません。