



健康栄養相談(要予約)



健康についての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／7月11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(お持ちの方)
 - みそ汁(大きさ1杯程度：塩分濃度測定希望者)
- ▶申込期限／7月7日(木)

乳幼児すこやか相談(要予約)

子育てについての悩みを相談しませんか。
 身体測定もできます。

- ▶と き／8月2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
- ▶申込期限／7月29日(金)

ペアクラス(パパ・ママの教室)

- パパ・ママになる人、一緒に育児を学びませんか。
- ▶と き／7月25日(月)午前9時30分～11時30分
 - ▶ところ／保健センター
 - ▶定 員／6組(先着順)
 - ▶内 容／両親学級
 - (人形を使った抱っこ、着替え、沐浴実習)
 - ▶持ち物／母子健康手帳、筆記用具
 - 子育て支援サービスガイドブック(お持ちの人)
 - ▶申込期限／7月20日(水)



7月28日は『日本肝炎デー』 7月25日～31日は『肝臓週間』

肝炎を放置すると、慢性肝炎や肝硬変、肝がんに進行することがあります。主な原因は肝炎ウイルスによる感染です。

予防・治療や助成など、詳細は「肝炎情報センター」ホームページをご覧ください。

なお、町では、肝炎ウイルス検査(B・C型)を無料で受けることができます。

▶対 象／40歳以上で肝炎ウイルス検査を受けたことがない人

▶実施場所／町内委託医療機関

▶実施期限／12月31日(土)

▶実施方法／保健センターで「肝炎ウイルス検査受診票」を受け取り、町内委託医療機関を受診してください

梅雨明け時期の熱中症対策

梅雨明けの時期は、それまでの曇雨天による比較的涼しい気候から、一気に高温多湿な気候に変わります。

暑さに慣れていないにも関わらず、外に出る機会も増えるため熱中症発症リスクが高くなります。

暑さ指数(WBGT)や熱中症アラートを行動の目安とし、適切な熱中症予防行動に心がけてください。

※環境省熱中症予防サイト

<https://www.wbgt.env.go.jp/>

スマートフォンはこちらから

