



健康栄養相談(要予約)



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(お持ちの人)、みそ汁(大さじ1杯程度、塩分測定希望者)
- ▶ **申込期限** / 12月7日(木)

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。
身体計測もできます。

- ▶ **と き** / 1月9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** / QRコードから
(当日予約のみ電話)



▲予約はこちら

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10日(水) 午前10時~正午
 - ▶ **ところ** / 保健センター
 - ▶ **対 象** / 令和3年2月~令和3年11月生まれ
 - ▶ **定 員** / 8組(先着順)
 - ▶ **内 容** / 親子クッキング
 - ▶ **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
 - ▶ **申込期間** / 12月1日(金)~12月28日(木)
 - ▶ **予約方法** / QRコードから



▲予約はこちら

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: HIV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ることなどで感染します。
 - ③母子感染: HIV感染の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。

個別がん検診・肝炎ウイルス検診



町内委託医療機関で受診できる個別がん検診と肝炎ウイルス検診の実施期限は12月30日(土)です。早めに受診しましょう。

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(日) 午前10時~正午(300食)
※なくなり次第終了
- ▶ **ところ** / 保健センター



特定健診の受診はお済みですか？ コールセンターを設置しました

40歳以上の国民健康保険に加入されており、まだ特定健診を受診されていない人を対象に、町が委託する業者から電話(☎0120-295-352)による受診勧奨を行います。まだ受診されていない人は、この機会に健診を受診して、自身の健康状態を確認しましょう。

集団胃がん・子宮頸がん検診、 集団健診の予約状況(11月13日現在)



◎胃がん検診(バリウム検査)

▶ **ところ** / 保健センター

と き	①	②	③	④
12/4(月)	×	×	○	○
12/19(火)今年度最終日	×	○	○	○

- ①9:00~9:30 ②9:30~10:00
- ③10:00~10:30 ④10:30~11:00

◎子宮頸がん検診(内診・細胞診)

▶ **ところ** / 保健センター

と き	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
12/4(月)	×	○	○	○	○	○	○	○
12/19(火)今年度最終日	○	○	○	○	○	○	○	○

- 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



◎特定健診・30代健診

▶ **ところ** / 保健センター

と き	①	②	③	④
12/21(木)	○	○	○	○
12/22(金)	○	○	○	○
12/25(月)	○	○	○	○



▲予約はこちら

- ①9:00~9:30 ②9:30~10:00 ③10:00~10:30
- ④10:30~11:00

その他の日程:1/30(火)※今年度最終日

○:受付中 △:定員残りわずか ×:受付終了

▶ **予約方法** / 電話またはQRコードから