

保健相談センターだより

保健相談センター
TEL 683-4533

松茂町健康づくり計画〔11月の目標〕

歯や歯ぐきを大切にしましょう!

《11・12月の主な事業》※場所はいずれも保健相談センターです。

健康相談

※保健師による健康相談

日時：毎週火・金曜日 9:00～11:30

内容：血圧測定、尿検査他

※管理栄養士による個別栄養相談

日時：3日前までに要予約

内容：糖尿病・高脂血症・高血圧などの食生活について

65歳以上のインフルエンザ予防接種を一部公費負担で行います。

◇**対象者** 松茂町に住民票があり、接種日に65歳以上で、本人が接種を希望する方。なお、60歳以上65歳未満の方で、心臓や腎臓、呼吸器などに重い病気のある方、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害のある方は、対象となる場合があります。詳しくは、保健相談センターまでお問い合わせください。

◇公費負担で接種が受けられる医療機関

松茂町内の次の医療機関で受けられる場合に公費の負担をします。

浦田病院、クリニック釈羅、芳川病院、井上医院
春藤内科胃腸科、松茂内科、クリニック宙、和クリニック

* ワクチン等の都合がありますので、あらかじめ希望の医療機関へ予約してください。

◇**実施期間** 平成20年11月1日～21年1月15日

* ただしワクチンがなくなり次第終了します。また、予防接種を受けてからインフルエンザに対する抵抗力がつくまでに2週間程度かかりますので、12月中旬までに接種を受けるようにしましょう。

◇**接種回数** 1回

◇**自己負担額** 1,050円 医療機関の窓口でお支払いください。

* 生活保護世帯の方は無料です。事前に保健相談センターまでご連絡ください。

◇その他

* 予診票の個人送付は行いません。予診票は医療機関にあります。事前に必要な方は、保健相談センターまでご連絡ください。

* 保険証など住所・生年月日を証明するものを医療機関へご持参ください。また、健康手帳をお持ちの方は、医療機関へご持参ください。

* 64歳以下の方のインフルエンザ予防接種は任意接種のため、費用は全額自己負担です。かかりつけの医師にご相談ください。

乳幼児健康診査・相談・教室

〈乳児健診〉

11月19日(水) 受付 9:30～11:00

該当：平成20年3・4月、平成20年7・8月生

〈1歳6カ月児健康診査〉

12月17日(水) 受付 13:10～13:40

該当：平成19年4月16日～7月15日生

〈育児教室〉

11月26日(水) 時間 10:00～11:30

内容：手作りおもちゃ、乳歯の手入れ

該当：平成20年4月～6月生

12月24日(水) 時間 10:00～11:30

内容：離乳食講習(試食・説明)

該当：平成20年7月～9月生

〈フッ素塗布推進事業〉

11月7日(金) 受付 13:15～13:45

該当：平成18年7月～9月生

〈育児相談〉

12月15日(月) 受付 9:30～11:00

該当：乳児から就学前の幼児

内容：計測、保健・栄養・歯科相談

〈離乳食講習(試食・説明)〉

12月24日(水) 時間 10:30～11:30

10:30までにお集まりください。

〈パパママ教室〉 時間 9:30～11:30

12月2日(火)：妊娠中の諸制度、歯について

12月10日(水)：妊娠中の栄養、乳房管理について

12月16日(火)：育児用品について、

赤ちゃんの観察とお風呂

健康教育

11月13日(木) 時間 13:30～15:00

「家庭でできる筋力アップ運動」

講師：健康運動実践指導者 長谷部 裕

準備物：運動しやすい服装、タオル、飲み物

特定健康診査はお済みですか？

下記日程で特定健康診査を実施します。

日 程：11月14日(金) 受 付：午前8時30分～10時

場 所：保健相談センター 対 象：40歳～74歳の方

内 容：身体計測、理学的検査、血圧測定、尿検査、血液検査

持参物：特定健康診査受診券、保険証、自己負担金

※松茂町国民健康保険加入者以外の方は前もってお問い合わせください。

