

12月の検診

あくあく教室・ のびのび広場に集まれ〜!

子育ての楽しさや心配ごとなどをお母さん同士で情報交換しませんか?

のびのび広場と合同の実施です。

妊婦さんも先輩お母さんの話を聞いたり、赤ちゃんとふれあう機会としてぜひ遊びにいらしてくださいね。

申し込みの必要はありませんので、当日直接会場へお越しください。

- ★日 時 12月17日(水)
10:00~11:30
- ★会 場 子育て支援センター(さかえ保育所)
- ★対 象 生後3ヶ月以降の子と親、
妊婦さんも歓迎!



乳幼児歯科相談・ フッ化物塗布

歯科医師による健診・歯科衛生士によるブラッシング指導・フッ化物塗布、保健師・栄養士による生活、食事に関する相談、指導を行っています。

上下4本ずつ歯が出てきたらフッ化物を塗布し、むし歯から守りましょう。

- ★日 時 12月25日(木)
13:00~13:30

- ★場 所 ふれあい健康センター
- ★持 ち 物 歯ブラシ・タオル・母子健康手帳



検診のお申し込み・お問い合わせ先は
町民健康課健康福祉グループ(保健師)
☎2-2453(内線113番)

ふれあい 健康センター通信

健康料理教室を実施中!

高齢者や高齢者を抱える家族を対象に、介護予防のための料理教室を開催しています。

地域会館やふれあい健康センターで、栄養士やヘルスマイトの会と一緒に料理をつくり、楽しく交流しながら健康的な食生活を学びます。



いい笑顔ですね
(^D^)



見た目も
美味しく
出来ました!



11月20日(木)静狩振興会館にて実施した様子です。ヘルスマイトから調理指導を受けながら参加者全員で協力して作り、出来上がった料理はテーブルを囲んでおしゃべりをしながら美味しくいただきました。「みんなで集まって食べると美味しいね!」との発言もあり、有意義な時間を過ごしていただけたようです。

新規実施団体も随時募集しています。興味を持たれた方は栄養士までお問い合わせください。

長万部

健康ダイヤル24



開設中です!

健康、医療、育児、介護に関する相談を24時間無料で受ける電話相談を実施しています。

委託先の専門相談員(医師、看護師など)が病気やケガの対処法を助言するほか、必要に応じて医療機関の紹介を行っています。

役場開庁時は町保健師、栄養士も相談を受けています。

「赤ちゃんが突然夜中に熱を出した!」「飲んでる薬について詳しく知りたい」などお困りのことがありましたら、下記のフリーダイヤルにお気軽にご相談ください。携帯電話からも使用可能です。

☎0120-558-048
ここは おしゃまんべ



1月の検診

乳がん・骨粗しょう症検診

〜後期の受付が始まります〜

検診場所:長万部町立病院

- ◆検診期間が長く、町内でご都合に合わせて受診できます◆
- ★対象者 40歳以上の町民の方
2年に1回の検診となりますので、昨年受けていない方が対象です。
- ★申込み受付 受けた日検診日の5日前までに予約してください。
- ★検診日時 平成27年1月16日(金)~3月31日(火)の火曜日と金曜日
10:30~
- ★検診場所 長万部町立病院 外科外来
- ★検診料金 乳がん検診 40歳代 2,000円
乳がん検診 50歳以上 1,700円
骨粗しょう症検診 200円

子宮がん検診・乳がん検診

検診場所:八雲総合病院

◆通年で同日に両方の検診も受けられます◆

子宮がん検診

- ★対象者 町民で20歳以上の女性の方
2年に1回の検診となりますので、昨年受けていない方が対象です。
- ★申込み受付 平成27年3月25日(水)まで
- ★検診日時 平成27年3月27日(金)まで
●月曜・金曜日→8:45~11:30
●水曜日 →13:00~15:00
- ★検診料金 子宮頸がん検診 1,600円
子宮体部がん検診 700円

乳がん検診

- ★対象者 町民で40歳以上の女性の方
2年に1回の検診となりますので、昨年受けていない方が対象です。
- ★申込み受付 平成27年3月27日(金)まで
- ★検診日時 平成27年3月31日(火)まで
●月曜・火・木曜日→10:00~
●水・木曜日 →13:15~
- ★検診料金 50歳以上 1,700円
49歳まで 2,000円

★今年度無料クーポン券の対象の方へ

無料クーポン券の利用はもうされましたか?
利用期限は今年度限りとなっていますので、忘れずにご利用ください!