

## ニニココマニティライフ応援事業

母子健康手帳の交付を受けた白鷹町の妊婦さんに、妊娠中の経済的負担軽減を目的に3万円を支給する事業です。

該当する場合は母子健康手帳交付当日に手続きが可能ですので、以下の物をお持ちください。

●申し込みに必要な物…母子健康手帳・妊婦さん本人と確認できるもの（保険証、免許証等）・妊婦さん名義の預金口座が確認できるもの（通帳等）・印鑑

## マニティクラス＜両親学級 / 前期＞

- 日程 5月15日(木)
- 時間 午前9時30分～昼12時
- 会場 健康福祉センター
- 対象 平成26年8月～11月に出産予定の方とご家族
- 内容 妊娠の経過と健康管理、妊娠中の栄養・歯の健康、赤ちゃんとのふれあい等
- 持ち物：母子健康手帳、歯ブラシ、手鏡
- 5月9日(金)まで、お電話でお申し込みください。

## 赤ちゃん健診

## ●日程

期 日	健 診	対 象 児
7日(水)	3カ月児 9カ月児	平成26年1月生まれ 平成25年7月生まれ
21日(水)	1歳6カ月児	平成24年8月と9月生まれ

- 会場 健康福祉センター
- 受付時間  
3カ月児…午後1時～1時15分  
9カ月児…午後1時15分～1時30分  
1歳6カ月児…午後1時～1時20分
- 持ち物  
母子健康手帳、バスタオル、問診票（3カ月・9カ月児は事前に配布、1歳6カ月児は郵送）、3カ月児健診の方は予防接種予診票
- 注意  
\*問診票と母子健康手帳の「保護者の記録」を必ず記入しておいでください。  
\*お父さんが、当日具合が悪かったり、1週間以内に人にうつる可能性のある病気（みずぼうそう、インフルエンザ、突発性発疹、とびひなど）にかかったりしたときは事前に電話などでご連絡ください。

## 同日検診（5月）

結核・特定・健康診査・肺がん・胃がん・大腸がん・前立腺がん・肝炎ウイルス検診

期 日	場 所	対象町内
20日(火)	健康福祉センター(女性の日)	蚕桑・十王地区の女性
27日(火)	山峡体育館	十王 1.2.3.4.5
28日(水)		十王 6.7.8.9.10

- 受付時間 午前7時30分～9時

## ●料金

検 診	金 額
結核 (65歳以上)	無料
肺がん (40歳以上)	600円
健康診査 (19～39歳)	3,000円
特定健診 (40～74歳)	※
後期高齢者健診 (75歳以上)	無料
胃がん (40～69歳)	1,600円
胃がん (70歳以上)	1,000円
大腸がん (40歳以上)	800円
前立腺がん (40～69歳)	1,500円
前立腺がん (70歳以上)	1,000円
肝炎ウイルス (40歳以上)	1,000円
骨粗しょう症 (40・45・50・55・60・65・70歳の女性)	300円

## ●注意

- ①特定健診・後期高齢者健診…医療保険証と保険者から発行された受診券を持参してください。
- ②特定健診の料金(※)…受診券に記載された金額となります。
- ③健康診査…保険証などがなくても受診できます。
- ④肝炎ウイルス検診…40歳の方、41歳以上の方で今まで受けたことのない方が対象です。

## らくらくスマイル教室

健康づくりのための体操教室です。メタボリックシンドローム予防のため、ぜひご参加ください。

## ●5月の日程と内容

- 昼の部◇13日(火)、27日(火)  
◇午後1時30分～3時  
◇筋トレ、ウォーキング、肩こり  
・腰痛・膝痛予防ストレッチ ほか
- 夜の部◇7日(水)、21日(水)  
◇午後7時～8時30分  
◇腰痛・膝痛改善プログラム、ウォーキングで筋トレ、基礎代謝アップ作戦 ほか

## ■申し込み・問い合わせ

健康福祉課健康推進係 ☎86-0210

## 健康づくり推進員養成講座受講生募集

健康づくりの基本を学び、地域の中でボランティアとして活動してみませんか。

- 日程 5月～11月まで合計7回の講座  
午前9時30分～午後3時
- 対象 受講後、健康づくり推進員として活動できる方20人程度
- 申し込みは5月8日(木)まで、お近くの健康づくり推進員または健康推進係まで。

## 献血にご協力ください

全血(400ml・200ml)

期 日	時 間	場 所
23日(金)	午前9時30分～11時30分	中央公民館
	午後1時～4時	

白鷹ライオンズクラブからもご協力いただけます。

子育て支援センター「にこぼーと」  
5月のあそび広場

- ▼利用時間 午前9時30分～午後3時30分
- ▼利用できない日 毎週土曜日  
※3日～5日はお休みです。

## 【5月の予定】

- 1日(火) 午前10時～「お花見遠足」  
※申し込みが必要です。  
※午前のお遊び広場はお休みです。
- 8日(木) 午前10時15分～11時  
「すこやか広場身体測定」
- 8日(木) 午前11時～「にこにこ音楽会」
- 13日(火) 午前10時15分～11時  
「赤ちゃん広場身体測定」
- 14日(水) 午前10時30分～「ベビーヨガ」  
※予約が必要です。先着10人
- 15日(木) 午前11時～「交通安全講座」
- 20日(火) 午前11時～「育児講座」
- 22日(木) 午前10時～「ママのお茶会」  
※予約が必要です。
- 29日(木) 午前11時～「誕生会」

- 【育児相談日】20日 午前10時～  
※保健師が相談を受けます。  
※事前に予約をお願いします。

## ■問い合わせ

子育て支援センター「にこぼーと」  
☎87-0083

## 保育園開放日

5月第2週の水曜日(5月14日)から、毎週水曜日に全保育園を開放します。未就園児もどなたでもおいでください。

- ▼時間 午前9時30分～11時

## ■問い合わせ

健康福祉課子育て支援係 ☎86-0212

## 「婚活応援室」

- ▼いつ 5月13日(火) 午後1時～5時
- ▼どこで 老人福祉センター
- \*婚活について一緒に語り合いませんか。結婚相談にも応じます。相談は無料です。
- 問い合わせ  
健康福祉課子育て支援係 ☎86-0212

## 「生活相談所」の開設

- 弁護士相談 5月7日(水)
- ▼時間 午後2時～4時まで
- ▼弁護士 安部 敏 氏
- 生活相談 5月21日(水)
- ▼時間 午後1時30分から3時30分まで
- ▼会場 老人福祉センター「八乙女荘」
- \*弁護士相談は定数になり次第締め切らせていただきます。お早めに予約ください。
- 問い合わせ  
白鷹町社会福祉協議会 ☎86-0150