

## 11月の健康カレンダー

### ●同日検診

期日	受付時間	場所	対象地区
1日(木)	午前7時30分～9時	健康福祉センター(女性の日)	荒砥地区の女性

注意:

- ①特定健診(40～74歳の国保被保険者の方)・後期高齢者健診は、医療保険証を持参してください。
- ②健康診査(19～39歳の方)は、保険証などがなくても受診できます。
- ③肝炎ウイルス検診は、40歳以上で今まで受けたことのない方が対象です。肝炎ウイルス検診受診券(無料券)をお持ちの方は保険証と一緒に持参してください。問い合わせ:健康福祉課健康推進係 ☎86-0210

### ●婦人科検診

期日	受付時間	場所	対象地区
26日(月)	午後1時～	南陽検診センター	荒砥

※会場までバスでの送迎があります。(午後12時20分健康福祉センター発)

※無料クーポン券をお持ちの方は、保険証と一緒に持参してください。

問い合わせ:健康福祉課健康推進係 ☎86-0210

※同日検診、婦人科検診のご案内は、検診日の約1カ月前に郵送します。

### [鷹山地区健診結果説明会]

日時:7日(水)午後1時30分～(1時～受付)  
場所:萩野ふれあい館

### [人間ドッグ受診者(8～9月)健診結果説明会]

日時:21日(水)午後1時30分～(1時～受付)  
場所:健康福祉センター

※申込不要。健診結果の見方やよりよい生活習慣のポイントについてお話しします。血圧測定、健康相談を行い、家庭でできる運動についてもご紹介します。健診結果をお持ちになりぜひご参加ください。

問い合わせ:健康福祉課健康推進係 ☎86-0210

### ●献血のお知らせ

期日	時間	場所
20日(火)	午前9時30分～11時30分 午後1時～4時	健康福祉センター

### ●らくらくスマイル教室

[昼の部]

日時:6日(火)・27日(火)午後1時30分～3時  
内容:リズムに合わせて軽体操、ちびボールストレッチ ほか

[夜の部]

日時:14日(水)・28日(水)午後7時～8時30分  
内容: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

問い合わせ:健康福祉課健康推進係 ☎86-0210

## 11月の窓口延長・相談日・開催日

### ●窓口業務時間延長(午後7時まで)

毎週月曜日(祝日の場合は翌開庁日)

### ●弁護士相談

日時:7日(水)午後2時～4時

場所:老人福祉センター「八乙女荘」

※相談日の前々日午後5時までにご予約ください。

問い合わせ:白鷹町社会福祉協議会 ☎86-0150

### ●婚活応援室

日時:毎週火曜日 午後1時30分～8時

会場:「K's space」(山口・喜多楼となり)

問い合わせ:健康福祉課子育て支援係 ☎86-0212

### ●農業委員会

総会開催日:26日(月)午後3時～

受付締切日:9日(金)

問い合わせ:農業委員会農地調整係 ☎85-6128

### ●山形県救急電話相談

小児救急(15歳未満):

プッシュ回線・携帯電話#8000、ダイヤル回線・IP電話・PHS023-633-0299

大人の救急(15歳以上):

プッシュ回線・携帯電話#8500、ダイヤル回線・IP電話・PHS023-633-0799

日時:毎日午後7時～10時

## 11月の子育てページ

### ●母子健康手帳の交付

お母さんとお子さんの健康を守るために、妊婦さん全員に交付しています。随時交付しますが、保健師が留守の場合がありますので事前に電話等でご連絡ください。

場所:健康福祉センター

※妊娠届出書に個人番号(マイナンバー)の記入と本人確認が必要となります。届出時は、次の①、②のうちいずれかをお持ちください。

①個人番号カード

②個人番号通知カードと妊婦本人の確認ができるもの(運転免許証、パスポートなど)

問い合わせ:子育て世代包括支援センター(健康福祉課健康推進係内) ☎86-0210

### ●乳幼児健診

期日	健診	受付時間	対象児
14日(水)	1歳6カ月児	午後1時～1時20分	平成29年2月～4月生まれ

会場:健康福祉センター

持ち物:母子健康手帳、問診票(郵送)、バスタオル、交換用オムツ、その他お子さんに必要なもの

※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。

※お子さんが、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)にかかったりした時は事前に電話などでご連絡ください。

問い合わせ:子育て世代包括支援センター(健康福祉課健康推進係内) ☎86-0210

### ●マタニティクラス(両親・祖父母学級/後期)

期日	時間	対象
22日(木)	午後1時30分～4時	平成30年12月～平成31年3月に出産予定の方とご家族

会場:健康福祉センター

内容:あかちゃんの栄養、お風呂の入れ方、お産の経過、子育てと家族の役割

持ち物:母子健康手帳と前期の資料

申込締切:11月20日(火)[電話予約]

問い合わせ:子育て世代包括支援センター(健康福祉課健康推進係内) ☎86-0210

### ●すくすく発達相談会

子どもの発達発育に詳しい専門家(臨床心理士)による、ことばや発達などの個別相談会を開催します。

期日	時間	対象
27日(火)	午後1時～4時の間で一人1時間程度	幼児から小学生程度の児童とその保護者

会場:健康福祉センター

※相談を希望する方は、お問い合わせください。

問い合わせ:子育て世代包括支援センター(健康福祉課健康推進係内) ☎86-0210

### ●子育て支援センター「にこぽーと」あそび広場

利用時間:午前9時30分～午後3時30分

休館日:毎週土曜日

[11月の予定]

期日	時間	イベント
1日(木)	午前10時15分～11時	すこやか広場身体測定
6日(火)	午前10時15分～11時	赤ちゃん広場身体測定
	午前10時～昼12時	育児相談日(要予約)
9日(金)	午前10時45分～	ベビータッチング&ママストレッチ(要予約)
15日(木)	午前10時30分～	食育講座
27日(火)	午前9時45分～11時	制作活動
29日(木)	午前11時15分～	誕生会

問い合わせ:子育て支援センター「にこぽーと」

☎87-0083

つぶやき  
さくらの保育園



運動会で行うクラス対抗競技の作戦会議で、「みんなの心を一つにすることが大事」となったときの会話。

保「クラスみんなの気持ちを合わせるってことだね。でもその前に、ペアの人と気持ちがあわないとだめだね?」

H「あっ!仲良くすればいいんだ。」

保「なるほど。でも仲良くってどうするの?」

K「いやなこと言ったり、したりしないこと!」

A「あと、好きな気持ちを出すと仲良くできるよ!」

そのときS君がY君に「大好き〜!」と言って抱きつくと、

R「そうだ!大好きなときはぎゅーっするよね。」

M「うん。私もぎゅーっするとうれしくなる。」

そこで、それぞれのペアでぎゅーっとしてみると

B「なんか力がでてくる気がする!」

R「スタートする前にこれして、なかよしパワーをためるといい!」

D「うん。そうしよう!」

「スタート前に、ぎゅーっとして、なかよしパワーをためること!」が新しい作戦になり、当日、見事2位になりました。