

12月の健康カレンダー

●同日検診（今年度最後になります）

特定健診またはがん検診を受けられなかった方を対象とした追加検診を次のとおり実施します。今年度、受ける機会を逃してしまった方は、この機会にぜひお受けください。

期日	受付時間	場所	対象地区
7日(金)	午前7時30分～9時	健康福祉センター	今年度健康診断を受けていない方
8日(土)			

料金：

健康診査(19～39歳)	3,000円	胃がん検診(70歳以上)	1,000円
特定健診(40～64歳)	2,300円	大腸がん(40歳以上)	800円
特定健診(65～74歳)	1,500円	前立腺がん(40～69歳)	1,500円
後期高齢者健診(75歳以上)	無料	前立腺がん(70歳以上)	1,000円
肺がん検診(40～64歳)	600円	肝炎ウイルス(40歳以上)※	1,000円
肺がん検診(65歳以上)	無料	骨密度検査(40・45・50・55・60・65・70歳の女性)	864円(300円)
胃がん検診(40～69歳)	1,600円		

注意：

- ①特定健診・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。
- ※健康診査票をなくされた方は、健康福祉課健康推進係(☎86-0210)までご連絡ください。

●婦人科検診（2年に1回必ず検診を受けましょう）

期日	受付時間	場所	対象地区
3日(月)	午後1時～1時30分	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

[東根地区健診結果説明会]

日時：12日(水) 午後1時30分～(1時～受付)

場所：東根地区コミュニティセンター

[荒砥地区健診結果説明会]

日時：19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。健診結果をお持ちになりぜひご参加ください。血圧測定、健康相談も行います。

問い合わせ：健康福祉課健康推進係 ☎86-0210

●らくらくスマイル教室

[昼の部]

日時：4日(火)・18日(火) 午後1時～2時30分

※冬期間(12月～3月)は時間変更になります。

午後1時30分～3時 ⇒ 午後1時～2時30分

内容：ちびボールを使った筋トレ、全身をほぐすストレッチほか

[夜の部]

日時：12日(水)・26日(水) 午後7時～8時30分

内容：ステップで脱メタボ・メタボ予防、サーキット

トレーニング③ほか

問い合わせ：健康福祉課健康推進係 ☎86-0210

●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：25日(火) 午後3時～

受付締切日：10日(月)

問い合わせ：農業委員会農地調整係 ☎85-6128

12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：5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

12月の子育てページ

●乳幼児健診

期日	健診	受付時間	対象児
5日(水)	3カ月児	午後1時～1時15分	平成30年7月16日～8月31日生まれ
	9カ月児	午後1時15分～1時30分	平成30年1月11日～2月28日生まれ
6日(木)	3歳児	午後1時～1時20分	平成27年5月1日～6月15日生まれ

会場：健康福祉センター

持ち物：母子健康手帳、バスタオル、問診票、3歳児健診の方は尿

※対象の方には郵送でご案内します。

※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)にかかったりしたとき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

●離乳食教室

期日	時間	対象
10日(月)	午前10時～11時30分	離乳食を学びたい方

会場：健康福祉センター

内容：離乳食の進め方、調理実習、試食と懇談

参加費：200円(調理実習費)

持ち物：母子健康手帳、エプロン、三角巾、筆記用具
保育：お子さんと一緒に参加できます。希望される方は、申し込み時にご予約ください。

申込締切：12月3日(月) [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
6日(木)	午前9時～昼12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

※12月29日(土)～1月3日(木)は休館です。

[12月の予定]

期日	時間	イベント
4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)
6日(木)	午前10時15分～11時	すこやか広場身体測定
13日(木)	午前10時15分～	ママのお茶会(要予約)
21日(金)	午前10時～	クリスマスお楽しみ会(要予約)
25日(火)	午前9時45分～11時	制作活動
27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

●保育園・こども園開放日

毎週水曜日に全保育園・こども園を開放しています。

詳しくはお問い合わせください。

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

つぶやき
ひがしね保育園



「ほっぺが落ちたら…」

畑で育てたさつまいも。杉葉を拾ってきて園庭で焼きいもをしました。

ほかほか焼きいものできあがり。

A子「おいしーい！おいしくてほっぺが落ちそう！」
保「うん。そうだね。でも、ほっぺが落ちたらたいへんだね。」

A子「A子のほっぺ落ちたらどんな顔になるんだろう？」
保「…(考えていたら)」

A子「きゃー！こわーい！ハロウィンのがいこつおばけになっちゃう。やだー！」

一人想像して大笑いしていたA子ちゃんでした。