

## 1月の健康カレンダー

### ●がん検診の結果はいかがでしたか？

同日検診または人間ドックのがん検診で「精密検査」が必要と判定され、まだ受診されていない方は、早めに医療機関での精密検査をおすすめします。

《お願い》

- \*ご希望の医療機関へ事前にご連絡ください。
  - \*受診の際は精密検査回報書（精密検査を受ける際に、医療機関に提出する用紙）をお持ちください。
  - \*乳がん（甲状腺）検診は、外科にご相談ください。
- 問い合わせ：健康福祉課健康推進係 ☎86-0210

### ●人間ドック受診者(10～11月)健診結果説明会

日時：23日（木）午後1時30分～（1時～受付）  
対象：今年度10～11月に人間ドックを受診された方  
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、実際に体を動かしていきます。血圧測定、個別相談も行います。

問い合わせ：健康福祉課健康推進係 ☎86-0210

インフルエンザが流行する季節です。感染の拡大防止のため、咳や鼻水、発熱症状のある方は体調が回復してから健診や各教室等にご参加くださるようお願いいたします。



### ●荒砥地区健診結果説明会

日時：14日（火）午後1時30分（午後1時～受付）  
会場：健康福祉センター  
問い合わせ：健康福祉課健康推進係 ☎86-0210

### ●歯周疾患健診はお済みですか？

町では、節目年齢の方に歯周疾患検診を実施し、その費用の一部を助成しています。

対象：今年度40歳、50歳、60歳、70歳の方で、現在歯科の治療をしていない方

受診期間：希望される方は12月31日（火）まで（年末の診療日は、各医院によって異なりますのでご注意ください。）

※対象の方には事前に受診券をお送りしています。希望される歯科医院へ直接予約して受診してください  
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

楽しく効果的なプログラムで柔軟性、筋力、基礎代謝アップ！

[昼クラス]

日時：7日（火）・21日（火）午後1時～2時30分  
内容：スッキリ！脂肪燃焼エクササイズ

[夜クラス]

日時：15日（水）・29日（水）午後7時～8時30分  
内容：冬太り撃退！楽しくシェイクアップ

講師：(株)ドリームゲート 今野陽介氏

問い合わせ：健康福祉課健康推進係 ☎86-0210

## 1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：8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：27日（月）午後3時～

受付締切日：10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～翌朝8時

# 1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、事前に電話などでご連絡ください。

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
8日 (水)	3カ月児	午後1時～1時15分	令和元年9月生まれ
	9カ月児	午後1時15分～1時30分	平成31年3月生まれ
15日 (水)	1歳 6カ月児	午後1時～1時20分	平成30年 5月～6月生まれ

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、交換用オムツ、その他お子さんに必要なもの

※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

## ●マタニティクラス（前期）

期日	時間	備考
24日(金)	午前10時～11時30分	令和2年4～7月に 出産予定の方とその家族

会 場：健康福祉センター

内 容：妊娠の経過、歯の健康、妊娠中の治療、妊婦体操など

持ち物：母子健康手帳、筆記用具

申込締切：1月22日（水）[電話予約]

問い合わせ：健康福祉課健康推進係 ☎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
28日 (火)	午後1時～4時 (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

※要予約。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

期日	時間	イベント
7日(火)	午前10時15分～11時	赤ちゃん広場身体測定
9日(木)	午前10時15分～11時	すこやか広場身体測定
16日(木)	午前10時30分～	おばあちゃんのお茶会
21日(火)	午前10時30分～	おばあちゃんの読み聞かせ会
23日(木)	午前10時30分～	子育て講座
28日(火)	午前9時45分～	制作活動
30日(木)	午前11時15分～	誕生会(誕生児要予約)

[月の予定]

問い合わせ：子育て支援センター「にこぽーと」

☎87-0083



## 「みんな同じだね」

給食時のおしゃべりのひとコマ

年少A「先生は誰から生まれたの？」

保育士「先生は先生のお母さんから生まれたよ。」

年少B「ぼくもママから生まれた！」

年中C「あたしもだよ。」

年少A「ぼくのママも、ママのママから生まれたって言ってた！」

保育士「そのおばあちゃんも、ママから生まれたはずだよ。」

年長D「えー！みんな、みーんなママだ！みーんな同じじゃん！」

年少、中児「ママのママのママのママの…。」

「ママばっかりだー！すごいねー！」

つぶやき  
さくらの保育園