

## 参加者募集

ウォーキングで健康づくり

# 第22回町民ウォーキング大会

ふくしまの遊歩道50選に選ばれた、上野台運動公園からあつかし山までの往復9kmのコースです。どなたでも気軽に参加いただけます。自然を満喫しながら歩くことにより、心と身体をリフレッシュしましょう。

◆と き… 10月4日(日)

(当日午前6時30分に花火を打上げ実施の合図をします)

- ・受付時間 午前7時30分～7時50分まで
- ・出発式 午前8時 小雨決行、悪天候時中止いたします。

◆集合場所…上野台運動公園グリーンアリーナ 923 前

◆コース…上野台運動公園～国見神社～義経の腰掛け松～高速道路側道～あつかし山(往復9km)

◆参加資格…町内外問わず、どなたでも参加できます。

◆参加申込…保健福祉課保健係へ10月2日(金)までお申込みください。☎585-2783



“特別賞”  
“お楽しみ抽選会各賞”  
を用意しております。

# 保健だより

保健福祉課 保健係 TEL(585)2783 E-mail:hoken@town.kunimi.fukushima.jp

## 健康増進普及と食生活改善普及運動月間

— 9月1日(火)～30日(水) —

「夜ふかし・朝ねぼう・朝食ぬき」の子どもたちが多く見られます。毎日を健康に過ごす生活リズムを身につけることが

大切です。健康増進と食生活の基本となる「早寝・早起き・朝ごはん」で、1日を健康なリズムでつなげましょう。



## いのちを救う愛の献血にご協力を!!

9月25日(金)は国見町の献血の日です。

【 場 所 】	【 時 間 】
㈱東京エンゼル本社 国見工場前	午前9時～午前10時30分
生活協同組合コープ福島 コープmart国見店前	午前11時～午後12時30分
伊達みらい農業協同組合 森江野支店前	午後2時～午後3時
国見製菓㈱前	午後3時30分～午後5時



## \*\*\* ニコニコ相談会 \*\*\*

平成21年4月から一部内容を変更しています。新たに妊婦さんの相談も受け付けます。また、子育て支援センターの「子育てひろば(親子自由遊び等)」と一緒に開催いたします。会場を確認の上お越しください。

対象者	実施日	実施時間	会場
国見町在住の妊婦	11月5日(木)	午前10時～	子育て支援センター (藤田保育所内)
国見町在住の乳幼児及びその保護者		午前11時30分	

【実施内容】身体計測、栄養相談、子育て相談等について保健師、栄養士がお待ちしております。

《持参するもの》母子健康手帳、お子さんの飲み物(水筒にいれて)を忘れずに!

《申し込み方法》前日まで保健福祉課または藤田保育所(☎585-2374)に電話でお申し込みください。

## \*\*\* 3歳児健診 \*\*\*

該当児	実施日	受付時間	会場
平成18年3月1日～ 平成18年5月31日生まれの幼児	11月12日(木)	午後1時15分～ 午後1時45分	観月台文化センター 大研修室

【健診内容】内科と歯科の医師の診察、生活保健指導、視力・聴力検査などを実施します。

臨床心理士による相談・指導…子育てに関する不安や悩み等、お気軽にご相談ください。

健診該当者には後日健診票を郵送します。

《持参するもの》母子健康手帳を忘れずに!

## \*\*\* 乳児健診 \*\*\*

該当児	実施日	受付時間	会場
・3か月児(平成21年7月生まれ) ・9か月児(平成21年1月生まれ)	11月19日(木)	午後1時15分～午後1時45分	観月台文化センター 第1和室

【健診内容】医師の指導、身長・体重測定、調乳、離乳、予防接種などについて

《持参するもの》母子健康手帳を忘れずに!

## \*\*\* ポリオ集団予防接種 \*\*\*

実施日	対象乳幼児	受付時間	会場
平成21年10月7日(水)	実施日に満3カ月から90 月未満までの1回もしくは 平成21年10月14日(水) 2回未投与の乳幼児	午後1時15分～	観月台文化センター 第1和室
		午後1時45分	

【注意事項】6週間以上の間隔で2回投与します。(2日間の内、どちらか都合の良い日においでください)

《持参するもの》ポリオの予防接種予診票を記入し、母子健康手帳と一緒に持ちこたください。

## 結核予防週間は

9月24日(木)～30日(水)です

福島県では、平成20年に年間277名の方が新たに結核を発症しています。そのうち、約6割が60歳以上の方となっています。

結核は、人から人にうつる感染症です。自分が結核だと気づかず周りの人々にうつしてしまうことがあります。

結核は早期発見・早期治療により治すことができます。

結核予防として、

- ①長引く咳、タンが出る、長引く(体の)だるさ、長引く微熱、胸の痛み、体重減少がみられたら、すぐに病院を受診しましょう。
- ②65歳以上の方は、年に1回胸部レントゲン検査を受けましょう。
- ③生後6か月までにBCG接種を受けましょう。(BCGは、早期に結核に対する免疫をつけて、乳児の重症化を防ぐ予防接種です)

平成21年度 地域の子育て応援交付金事業

## 親子のきずな深める

町では子育て支援の一環として、『親子で遊ぼう! たのしい絵本』を8月29日、観月台文化センターにおいて開催しました。第1回目は親子10組21名が参加し、内池和子国見民話の会会長、読み聞かせボランティアみみずくの方々の指導のもと、わらべうたや絵本読み聞かせ、紙芝居、手遊びなどを行い、親子のきずなを一層深めました。



## 「心の健康相談」のお知らせ

県北保健福祉事務所では、職場や地域社会・家庭の中でのストレス等の影響で、心の悩みを抱えている方が、専門の医師に相談する場として「心の健康相談」を実施しています。お気軽にご相談ください。

日 程: 9月30日(水)、10月22日(木)、11月26日(木) 13時30分～15時30分

場 所: 県北保健福祉事務所

申込み方法: 予約制です。前日までに電話でお申し込みください。

申込み、問合せ: 県北保健福祉事務所 健康福祉部 障がい者支援チーム ☎534-4300