

自然を満喫しながら健康づくり ～第22回町民ウォーキング大会開催～

10月4日、第22回町民ウォーキング大会が子どもからお年寄りまで総勢70名が参加して行われました。

コースは、上野台運動公園グリーンアリーナ前から石母田の国見神社、義経の腰掛松を通り、あつかし山頂を往復する約9kmの『ふくしま遊歩道50選』にも選ばれたハイキングコースです。当日は、天候にも恵まれ、豊かな自然と眼下に望める景色を満喫しながら、思い思いの歩調でウォーキングを楽しみました。



参加最高齢者 (83歳)
佐藤 清吉さん (第11)

普段は平らなところを歩いています。今日は山登りで疲れました。でも若い人たちと歩けたので楽しかったです。大勢で歩くと楽しくていいですね。来年も参加したいです。

保健だより

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



オレンジリボンには子ども虐待を防止するというメッセージが込められています。

11月は児童虐待防止推進月間です

児童虐待は、子どもの健やかな発育・発達を損ない、子どもの心身に重大な影響を与え、時には生命さえ奪う痛ましい事件につながることがあります。

11月は児童虐待防止月間。児童虐待への関心を持ち、早期発見・防止に努めましょう。

虐待を受けたと思われる子どもを見つけたときやご自身が出産や子育てに悩んだときには児童相談所や市町村の窓口に連絡してください。

児童相談所全国共通ダイヤル

(お住まいの地域の児童相談所に電話をおつなぎします。)

0570 - 064 - 000

※一部地域では使えないことがあります。※PHSや一部のIP電話からはつながりません。

*** 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 国見町在住の乳幼児及びその保護者	12月3日(木)	午前10時～ 午前11時30分	子育て支援センター (藤田保育所内)

【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。

*** 育児教室 ***

該当児	実施日	受付時間	会場
平成21年5月～6月生まれの乳児	12月8日(火)	午前9時30分～ 午前9時45分	観月台文化センター 第1和室

【実施内容】身長・体重測定、離乳食調理実習・試食、子育て相談など

《持参するもの》母子健康手帳、エプロン、おんぶひもを忘れずに!

*** 乳児健診 ***

該当児	実施日	受付時間	会場
・3か月児(平成21年8月生まれ) ・9か月児(平成21年2月生まれ)	12月17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!

*** 1歳6カ月児健診 ***

該当児	実施日	受付時間	会場
平成20年3月21日～ 平成20年6月30日生まれの幼児	12月10日(木)	午後1時30分～午後2時	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、歯科衛生士による歯みがき指導、生活保健指導、身長・体重測定を行います。

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。

栄養指導(おやつを試食)もあります。

《持参するもの》母子健康手帳と1歳6カ月児健康診査票(必要事項を記入してください)を忘れずに!

食育だより

町では、食生活改善推進員の皆さんと栄養士が出向いて、各保育所の子どもたちを対象に食育教室を開催しています。

【小坂季節保育所 9月29日】

- ◇テーマ…旬の食べ物について知る。
おやつ(ゼリー)作りを楽しむ。
- ◇目的…調理のお手伝いに参加させることにより、作る楽しさやみんなで食べる喜びなどを感じてもらう。



いつまでも健康で長生き! ～介護予防事業のご案内～

春の総合健診で、運動機能の低下、低栄養、口腔機能に低下が認められた方を対象に、介護予防事業を開催しております。

参加対象者の方は、健診の結果に「生活機能評価の結果と教室のご案内」を同封していますので再度、健診結果をご確認いただき、ぜひ介護予防事業にご参加ください。

参加希望の方は、お早めに電話でお申し込みください。

- ◆申し込み・問い合わせ
保健福祉課内 地域包括支援センター
☎585-2702



「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：10月22日(木)、11月26日(木)、12月18日(金) 13時30分～15時30分

場所：県北保健福祉事務所

申し込み方法：予約制です。前日までに電話でお申し込みください。

申し込み、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