

保健 だより



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

受けてください、命を守る大切な検診 ～子宮頸がん・乳がん検診～

新たに受診を希望する方は、早めに保健福祉課保健係まで連絡ください。
(予約制なので希望日に受診出来ない場合がありますのでご了承ください)

検診名	対象者(※1)	料金	時期(※2)
子宮頸がん検診	20歳以上の 偶数年齢の女性	国保・後期無料 社保 1,000円	公立藤田総合病院 ⇒ 12月25日まで 保原中央クリニック ⇒ 12月25日まで 北福島医療センター ⇒ 令和2年2月28日まで 福島市内医療機関 ⇒ 令和2年1月31日まで
乳がん検診	40歳以上の 偶数年齢の女性	国保・後期無料 社保 800円	公立藤田総合病院 ⇒ 12月27日まで 北福島医療センター ⇒ 令和2年2月28日まで 福島市内医療機関 ⇒ 12月27日まで

(※1) 年齢は令和2年3月31日時点の年齢です。奇数年齢で前年度未受診の場合は受診可能です。
(※2) 福島市内の実施医療機関は受診者に配布した案内を確認するか保健福祉課保健係まで問い合わせください。

食育シリーズ



町では、食生活改善推進員のみなさんと栄養士が、くにみ幼稚園の子どもたちを対象に食育教室を開催しています。10月と11月は次の内容で開催しました。

年少組
テーマ
「食事のマナー・手洗いの大切さについて」

お茶碗の持ち方は？

手洗いは大事だね！

年長組
テーマ
「育てたさつまいもでカレーを作ろう」

さつまいもの皮むき上手にできた！

おいしいカレーができました！

ニコニコ相談会

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	2月5日(日)	午前10時から 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、子育て相談などについて保健師、栄養士がお待ちしています。
《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)に電話で申込みください。

乳児健診

該当児	実施日	受付時間	会場
・3か月児(令和元年10月生まれ) ・9か月児(平成31年4月生まれ)	2月27日(日)	午後1時15分から 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、身体測定、調乳、離乳、予防接種などについて
9か月児は、歯科衛生士による歯に関するお話も予定しています。
《持参するもの》 母子健康手帳を忘れずに！

3歳6カ月児健診

該当児	実施日	受付時間	会場
平成28年5月16日から 平成28年8月31日生まれの幼児	2月18日(日)	午後1時30分から 午後1時45分	森江野町民センター

【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。
公認心理士による相談・指導…子育てに関する不安や悩みなど、気軽に相談ください。
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！

健康コラム ～お酒の飲み過ぎに注意しましょう～

年末年始はお酒の付き合いが増える時期です。過度の飲酒は肥満や生活習慣病、アルコール依存症を招くので注意が必要です。適量を守り、お酒と上手に付き合いましょう。

1日飲酒量は純アルコール量で20g程度が適量とされています

※〇内は純アルコール量



胃に食べ物が入っていると、アルコールの吸収が穏やかになり、
肝臓の負担が少なくなります。
ただし、ほかの生活習慣病のリスクを考えてつまみを選びましょう。