

## 国見町子育て世代包括支援センター

# ももさぽインフォメーション

### ニコニコ相談会

- 実施日** 令和4年2月16日(日)
- 時間** 午前10時～午前11時
- 会場** 子育て支援センター(藤田保育所内)
- 対象者** 国見町在住の妊婦  
国見町在住の乳児及び保護者
- 持ち物** 母子健康手帳、お子さんの飲み物
- 申込み** 前日までにほけん課保健係又は藤田保育所(☎585-2374)へ連絡

### 乳児健診

- 実施日** 令和4年2月24日(日)
- 受付時間** 午後1時15分～午後1時45分
- 会場** 観月台文化センター 第1和室
- 対象者** 3か月児(令和3年10月生まれ)  
9か月児(令和3年4月生まれ)
- 持ち物** 母子健康手帳、オムツなど
- 内容** 医師の診察、身体測定、調乳、離乳、予防接種などについて

### クリスマスツリーをかざろう!!

役場庁舎1階キッズ広場に切り絵のクリスマスツリーが登場しました。自分好みのかわいいキャラクターの飾りを作って、みんなで素敵なクリスマスツリーを作りましょう。

飾りは、ほけん課保健係の窓口でお渡ししています。

- ・受付時間：午前9時～午後4時30分まで
- ・掲示期間：12月27日(日)まで



# 保健 だより



ほけん課 保健係 ☎585-2783  
E-mail:hoken@town.kunimi.fukushima.jp

## 健康づくりの強い味方『InBody』

令和3年9月に導入した体成分分析装置InBodyは、これまで約140名の方々に測定をしていただきました。すでに、InBodyを健康づくりのパートナーとして定期的に計測に来る方もいて、InBodyとスマートフォンを連動して自分の体成分のデータを蓄積し、生活習慣の見直しに利用されているようです。まだ測定されていない方はぜひ一度、ご自分の「体成分」を評価してみませんか？

### 【InBodyのここがすごい!!】

InBodyの特徴は、体を5つの部位(両腕・体幹・両脚)に分けて測定できることです。筋肉の少ない部分がないか、上下左右のバランスが崩れていないかなどを評価できます。  
左右の筋肉量の差は、体のゆがみによる「腰痛」や体の重心の傾きによる「転倒リスクの高まり」に繋がります。



## インフルエンザ予防接種助成期間延長のお知らせ

インフルエンザワクチンの供給が不安定なため、令和3年度に限り助成期間を延長します。接種を希望される方は、事前に医療機関に予約をお願いします。

- 対象者
  - ・生後6か月～18歳(高校3年生相当)の方
  - ・妊婦
  - ・接種時65歳以上の方
  - ・接種時60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓・呼吸器などに慢性的重い障害があり、身体障害者手帳1級に相当する方

■助成期間 令和4年1月22日(日)まで

## 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。11月は年少児が「食事のマナー」について学びました。



## 院長先生の診察室から

【第2回】



公立藤田総合病院院長  
近藤 祐一郎 先生

半 田山の紅葉が終わり、冬の足音が聞こえてきました。新型コロナウイルス感染症第5波が収束し、冬の到来とともに第6波が懸念されています。今後のワクチン接種計画・内服薬が発表され、収束への道筋が見えてきたようです。一方、10月福島県でメタボリック症候群に該当した県民の割合が18.4%(全国平均15.9%)で、過去最悪のワースト4位(1位沖縄、2位秋田、3位宮城)でした。メタボリック症候群は糖尿病や脳梗塞・心筋梗塞を発症する危険因子です。日常の食生活や運動不足に注意し、毎日体重を測定しましょう。各人が生活習慣を見直して健康な生活を過ごしたいものです。2022年寅年が皆さまにとって良い年でありますよう、祈念しております。

