



ニコニコ相談会

- 実施日** 6月19日(木)
- 時間** 午前10時～午前11時30分
- 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、子どもの飲み物
- 申込み** 前日までにほけん課保健係または藤田保育所(☎585-2374)へ連絡

乳児健診

- 実施日** 6月27日(木)
- 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6年2月生まれ)
9か月児(令和5年8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

5歳児健診が始まります!

令和6年度から5歳児健診が始まります。検診日が近づきましたら、保護者の方へ直接連絡しますのでご参加ください。また、広報でも実施のお知らせをしますので、日程などをご確認ください。

実施日(予定)

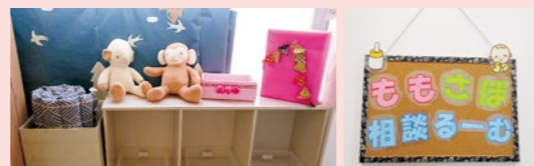
令和6年7月9日(木)・10月22日(木)
令和7年1月14日(木)

会場

森江野町民センター

『ももさぽ』相談の一む

役場の1階にあります。妊娠中のことや育児のことなど、助産師、栄養士、子ども家庭支援員と気軽にお話しできる部屋です。(ほけん課保健係にお声掛けください)



毎月19日は「みんなで食べる国見の日」

国見町産の食材を使用し、家庭や地域で受け継がれてきた家庭料理や行事食を食べていますか? 町では毎月19日を「みんなで食べる国見の日」とし、家庭や地域で受け継がれてきた料理を食べるよう推奨しています。ぜひ、この機会にみんなで味わってみましょう。

■国見町食卓図鑑から、4月のおすすめメニュー「赤飯」を紹介します。
4月の神社の祭礼やお祝い事には欠かせない一品です!



【材料】

- ・もち米
- ・あずき
- ・青焔豆
- ・ササギ豆
- ・甘栗
- ・ゴマ塩

【作り方】

- ①うるかしたもち米を蒸かす。
- ②あずきは、少し柔らかくなるまで40分ぐらい煮て、①に混ぜる。
- ③青焔豆やササギ豆、甘栗をのせ、ゴマ塩をふりかける。

国見町食卓図鑑は、町ホームページからご覧いただけます。町民の皆さんに提供していただいたレシピです。さまざまな郷土の味を楽しんでみてください。



血圧計を設置しました ～日頃の健康管理にお役立てください～

高血圧は、心疾患や脳血管疾患などさまざまな病気につながる可能性があり、血圧をコントロールすることはとても大切です。日々の食習慣・生活習慣・運動習慣を見直し、高血圧に注意しましょう。

役場1階に血圧計を設置しました。1分程度で簡単に測定できるので、インボディと合わせて健康管理にお役立てください。

- 設置場所: 役場1階(インボディ隣り)
- 利用可能時間: 午前8時30分から午後5時15分
- 利用料金: 無料

※事業などで持ち出している場合があります。ご了承ください。



◎利用方法など分からないことがありましたら、お気軽にほけん課へお声がけください。

院長先生の診察室から

【第29回】



公立藤田総合病院院長
近藤 祐一郎 先生

桜の季節がやってきました。かわいい新入生が大きなランドセルを背負って歩く姿を見ると、昔を思い出します。少子化とはいえ、2023年は72.6万人が誕生しています。

マスコミは人口が減ることを心配していますが、人口561万人の北欧フィンランドは世界幸福度ランキングでは6年連続1位です。一方、アメリカ15位、フランス21位、イタリア33位、日本47位です。2023年の報告ですので、コロナ感染症拡大、ウクライナ情勢も反映されていると考えられます。幸福度と、人口の少ないことは関係なさそうです。何事も良い方に考えるのは健康維持の秘訣だと思いますので、心配しすぎないようにしましょう。

さて、国見町の人口は年々減少して、高齢化率も上昇しています。30年間当院に勤務している私は、元気な高齢者が増えていると実感しています。健康寿命という言葉をご存じでしょうか?

健康寿命とは「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」です。日本の平均寿命(84.3歳)、健康寿命(74.1歳)は世界一です。しかし、平均寿命と健康寿命の差が、10.2年で、世界33位となっています。この10.2年の差を縮めることが課題となっています。

健康寿命を伸ばすためのプランが発表されています。①次世代を含めた全ての人の健やかな生活習慣形成、②疾病予防・重症化予防、③介護予防・フレイル対策、認知症予防の3つの取り組みが重要です。国は健康寿命をさらに伸ばすことを目標に掲げています。

最近4年間はコロナ感染症の影響があり、十分な予防活動ができませんでした。今後、当院では、地域の住民の皆さんと協力して各種予防対策、病気の早期発見、さらに「治し・支える医療」に取り組んでいきますので、よろしくお願いいたします。

弁護士によるB型肝炎特措法 相談会・電話相談会(無料)

	相談会	電話相談会
日時	5月18日(木) 午後1時30分から午後4時(午後3時まで受付)	5月18日(木) 午前10時から正午
場所	コラッセふくしま 301会議室・和室1	全国B型肝炎訴訟新潟事務所
内容	集団予防接種でB型肝炎になった人とその家族を対象とした弁護士による相談会	B型肝炎特別措置法に基づく給付金支給手続きに関する相談
料金	無料	無料(通話料はかかります)
その他	予約優先、当日会場での申込可能 ※個人情報厳守	電話番号: 025-223-1130
問い合わせ	☎025-223-1130(全国B型肝炎訴訟新潟・福島・山形事務所)	