



保健センター だより

問い合わせ ☎ 27-7555

11月

完全予約制 乳房検診のお知らせ



現在、令和4年2月末まで「揖斐厚生病院健診センター」での乳房検診が実施されています。

交通手段がない等の理由がある方のために、保健センターでの集団検診を4日間行います。事前予約が必要です。 ※3密を防ぐため、検診のご予約はお電話での申込みにご協力をお願いします。

予約開始日時

12月9日(木) 8:30～17:15 ※土日祝日を除く
※お電話で保健センターまでお申し込みください。

〈乳房検診内容〉

※負担金は4月1日時点の年齢が70歳以上の方(昭和26年4月1日以前生まれ)は無料。

検 診 日	1月7日(金)、14日(金)、2月1日(火)、4日(金)
検 診 会 場	保健センター
検診当日の持ち物	①乳房検診受診票(桃色) ②乳房検診負担金 1,000円

対象者	検査内容	予約時間枠 ※定員70名/日	
30～39歳の方 (昭和56年4月2日～平成3年4月1日生) 及び 50歳以上の方 (昭和46年4月1日以前生)	マンモグラフィー (1方向) 超音波検査	<午前の部> ① 9:15～ 9:30 ② 9:30～ 9:45 ③ 9:45～10:00 ④10:00～10:15 ⑤10:15～10:30 ⑥10:30～10:45 ⑦10:45～11:00	<午後の部> ①13:15～13:30 ②13:30～13:45 ③13:45～14:00 ④14:00～14:15 ⑤14:15～14:30 ⑥14:30～14:45 ⑦14:45～15:00

※40～49歳(昭和46年4月2日～昭和56年4月1日生)の方については、保健センターでの検診は実施しません。揖斐厚生病院健診センターでの受診にご協力をお願いします。

11月14日は「世界糖尿病デー」です

神戸町は糖尿病が疑われる数値の高い方、腎症や網膜症、人工透析などの合併症の方の割合が県平均より高くなっています。新型コロナウイルス感染症の影響で活動量が減ることは、糖尿病のリスクを高めます。

※「世界糖尿病デー」とは…

世界規模で糖尿病への注意喚起をするため制定され、2006年12月に国連で公認されました。岐阜県でも大垣城等のブルーライトアップが行われ、記念セミナーなどが行われる予定です。

自分の健康を守るために 特定健診・保健指導を受けましょう!

近年の特定健診の結果によると、神戸町では生活習慣病の発症リスクが高まる「メタボリックシンドローム」の方の割合が県内の平均を上回っています。また、高血圧で治療中の方も平均より多く、介護認定を受けた方の約6割が心臓病の治療をされています。

おうち時間が増え、活動量が減ることは生活習慣病にかかる危険性を高めます。

健診を毎年受け、自分の健康状態を知り生活習慣を見直しましょう。保健指導の対象となった場合は、保健師・管理栄養士が改善方法を一緒に考えます。

特定健診は11月末まで実施しています。ぜひ受診しましょう!

高齢者(65歳以上)の インフルエンザ予防接種料金の訂正

広報10月号に掲載されました予防接種料金の自己負担金について下記の通り訂正いたします。

《接種料金》 (誤) 2,200円 ⇒ (正) 1,700円

※今年度も、新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの同時流行の拡大防止のため、多くの方に接種していただけるよう自己負担金の軽減を図っています。ご希望の方は、医療機関で接種の予約をしてください。

※詳しい内容・持ち物等については、10月号の広報をご確認ください。

手作りおやつ教室を開催します！

おやつは家庭で作ることで、添加物の心配がなく、甘みもおさえられて歯にもやさしいものになります。

簡単で不足しやすい栄養素を補ったおやつを一緒に楽しく作る教室に参加してみませんか？

実施日：12月9日(木) **受付時間**：午前9時30分～45分

場所：保健センター

対象者：おおむね1歳～小学校入学前までのお子さんの保護者(要予約)

定員：5名(先着順) **参加費**：大人1人200円

持ち物：エプロン・頭を覆うもの(三角巾・バンダナ等)・保存容器・保冷剤・保冷バッグ等

申込期限：12月1日(水)まで

*託児あり

*新型コロナウイルス感染予防のため、マスクを外すような行為(試食)は中止とし、調理したおやつはお持ち帰りいただけます。ご了承ください。

11月8日は 「いい歯の日」です

健康な歯で口腔機能が維持されていると、しっかり噛んで栄養がとれ、全身の健康へとつながります。いつまでも美味しく、そして、楽しく食事をとるために、お口の健康について今一度考えてみましょう。



離乳食教室参加者募集

初めてのお子さんで離乳食をどう進めていったらよいか分からない方、二人目だけど離乳食に不安がある方等離乳食教室に参加してみませんか？

実施日：12月3日(金)

受付時間：午前9時30分～45分

場所：保健センター

対象者：令和3年6月・7月生まれのお子さん
と保護者及び希望者(要予約)

参加費：無料

持ち物：母子手帳、バスタオル など

申込期限：11月26日(金)まで

*新型コロナウイルス感染拡大防止のため、調理実習は行いません。

乳幼児の相談について【予約制】

事業名	対象者	開催日
乳幼児健康相談	乳幼児	11月30日(火)

※家族等に体調不良の方がいる場合は、参加をご遠慮ください。相談対象のお子さまと保護者1名で、マスク着用の上お越しください。2歳未満のお子様はバスタオルをお持ちください。

※健康診査及び、他の相談事業に関しては、個別通知いたします。

母子健康手帳の発行について(お願い)

母子健康手帳の発行には、30分程お時間がかかります。また、健診等の保健事業がある時間帯には、お待ちいただく場合があります。お越しになる前に必ずご連絡ください。

※「神戸町くらしのカレンダー」に、母子保健予定表を掲載しています。日程変更がある場合は広報にてお知らせします。