



保健センター だより

保健センター 問い合わせ ☎ 27-7555

9月

「脱メタボ」が神戸町民の健康課題！ 生活習慣病予防のため、特定健診・特定保健指導を受けましょう！

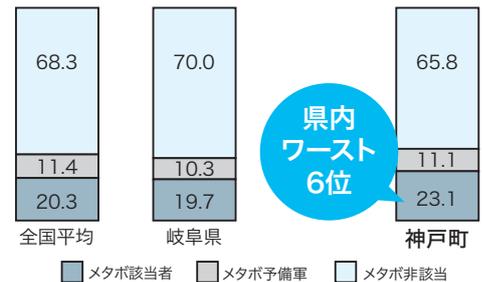
新聞やテレビでもよく聞く「メタボ」ですが、どのような状態がご存じですか？

メタボリックシンドロームとは内臓肥満に高血圧、高血糖、脂質異常が組み合わさり、動脈硬化性疾患をまねく状態のことを言います。

昨年度の神戸町特定健診受診者のうち、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該当者」の割合は、岐阜県内でワースト6位という結果でした。また、高血圧症で治療中の方も県の平均より高く、介護認定を受けられる方の約7割が心臓病の治療をされています。

「メタボ」は健診でしか見つけることができません。特定健診は「メタボ」に着目した健診です。昨年度の神戸町の特定健診受診率（国民健康保険加入者40歳～74歳を対象）は48.9%で、国の掲げる目標値70%に達していません。特定健診は11月末まで実施しています。早期にメタボに気づき、生活習慣病を予防するために年に1度は特定健診を必ず受診しましょう！！

令和3年度特定健診受診者のメタボ割合



7/3 もうすぐパパママ教室(両親学級)を開催しました!!



妊娠6ヶ月から9ヶ月の妊婦さんとその家族8組が参加されました。

沐浴体験では、パパさんが緊張しながらも優しく赤ちゃん人形に触れていらっしやる様子が印象的でした。

新型コロナの感染拡大防止の観点から、交流会や妊婦体験は実施しませんでした。助産師・臨床心理士・管理栄養士・保健師・子ども家庭課より、これからパパママになられるにあたり知っていただきたい事をお伝えしました。

皆さんこれから赤ちゃんと一緒に生活をイメージし、和やかな雰囲気に参加されていました。

パパとママが安心して赤ちゃんと過ごしていくためにこの教室を今年度は3回予定しております。次回は11月13日(日)開催予定です。対象の方にはご案内をいたしますので、ぜひお申し込みください。

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？

※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。

実施日：10月14日(金)

受付時間：9:30～9:45

場所：保健センター

対象者：令和4年4月・5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：10月7日(金)



シルバーキッチン歯っぴー教室に 参加しませんか？

バランスの良い食事のとり方を楽しく学んで、
お口の機能を高めませんか？

口腔機能向上を目的とした、短時間で実践で
できる体操と、低栄養予防を中心とした調理実習
を全4回コースで行います。

日 時： 9月21日（水）、10月19日（水）、
11月22日（火）、12月8日（木）
9：30～11：30（4回コース）

場 所：保健センター
（1階集団検診室・2階調理室）

申込み： 9月13日（火）までに保健センター
へお申し込みください。

「延ばそう健康寿命」 健康パネル展

健康づくりに関するパネル展を役場正面玄関と
ばらの里で行います。

気軽に取り組むことができる健康づくり等をご紹
介しておりますので、皆様ぜひお越しください。

◆役場ロビー

9月26日（月） 8：30
～9月30日（金） 13：00まで

・健康づくりパネル等の掲示等

◆ばらの里

10月1日（土） 9：00
～10月10日（月・祝） 21：00まで

・健康づくりパネル等の掲示
・健康歩道設置

9月は 健康増進普及月間です！

「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ」

この機会に生活習慣を見直し健康づくりの取り組みをしましょう。

法律とこころの相談会

弁護士と臨床心理士による包括相談会を開催しま
す。生活苦、雇用、解雇、借金、連帯保証人、多重
債務、家族関係、犯罪被害、いじめなどについてご
相談ください。

開催日	会場・時間
令和4年 9月 9日(金)	会場： 西濃総合庁舎2階 2-1会議室 大垣市江崎町422-3 開催時間： 午後1時～4時
令和4年 9月16日(金)	
令和4年10月 7日(金)	
令和5年 3月 3日(金)	

★相談は予約制です。お申し込みの際に時間をお知らせします。

★相談は無料・秘密厳守です。

西濃保健所 ☎0584 - 73 - 1111（内線291）

自殺予防週間

あなたの声を
聴かせてください



9月
10日(土)～
16日(金)

あなたの悩みや不安を気軽に相談できる場所があり
ます。ご希望の窓口を選んで話してみませんか？

こころの健康相談
統一ダイヤル

0570-064-556（有料）

よりそい
ホットライン

0120-279-338（無料）

SNS相談

まもろうよこころ
厚生労働省HP



乳幼児の健診・相談について

事業名	対象者	開催日
乳幼児健康相談	乳幼児	9月28日(水)

※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は事前に予約のお電話を！（お願い）

母子健康手帳の交付には、妊婦健診受診券の作成や保健師に
よる面談を実施するため30分～1時間程度お時間がかかります。
ご連絡なしにお越しただくと、保健師不在等でその場で対応
できない場合があります。お越しになる前にご連絡をいただ
くと、スムーズに発行できますのでご協力お願いします。

※「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。