

保健 だより



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

子宮頸がん・乳がん検診を受けましょう！

令和元年度の子宮頸がん・乳がん検診は7月から実施しています。先に実施した「健康管理世帯調査台帳」で、町の検診を希望した方には受診録等を配布していますので、案内をよく読んで受診されますようお願いいたします。

また、乳がん検診はマンモグラフィ撮影のみの実施となります。視触診は行いません。国の指針の変更に伴うものですので、ご理解をお願いします。

なお、次に該当する方は保健福祉課保健係まで連絡ください。

- ・春の健康管理世帯調査（検診対象者アンケート）の際に町の検診を希望しなかった方で、新たに検診を希望する方
- ・昨年検診を受けていない奇数年齢の方で今回検診を希望される方（子宮頸がん検診・乳がん検診は、どちらも国の指針で2年に1回の受診となります）

今年度対象者
(年齢起算日：令和2年3月31日)

- 子宮頸がん検診
⇒ 20歳以上の偶数年齢
- 乳がん検診
⇒ 40歳以上の偶数年齢

自分でできる健康チェック！

体重測定は、健康管理の第一歩です。
BMI（肥満度）で自分の適正体重を知りましょう～

あなたの体格指数(BMI)は？

体重 _____ kg ÷ 身長 _____ m ÷ 身長 _____ m =

例：身長165cmで体重60kgの場合
体重 60 kg ÷ 身長 1.65 m ÷ 身長 1.65 m = 22 (普通体重)

BMI診断基準

18.5未満	やせ過ぎ
18.5以上 25未満	正常域 ※22が適正体重です
25以上	肥満

「愛の血液助け合い運動」実施中

献血のおかげでたくさんの命が救われています。
献血者数が特に減少するこの季節、幅広い方々からの献血への協力をお願いします。

次回の国見町の献血の日は、9月23日(日)です。時間、場所については9月号でお知らせします。皆様の協力をお願いします。



ニコニコ相談会

※会場に注意してください

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	9月18日(日)	午前10時から 午前11時30分	観月台文化センター 第1和室

【実施内容】 調理実習、身体計測、栄養相談、子育て相談等について
《持参するもの》 母子健康手帳、お子さんの飲み物（水筒にに入れて）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5月生まれ） ・9か月児（平成30年11月生まれ）	9月26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！

1歳6カ月児健診

該当児	実施日	受付時間	会場
平成29年12月1日から 平成30年2月28日生まれの幼児	9月5日(日)	午後1時15分から 午後1時30分	観月台文化センター 第1和室

【健診内容】 内科と歯科の医師の診察、歯科栄養士による歯磨き指導、生活保健指導、身体測定を行います。
公認心理士による相談・指導…子育てに関する不安や悩み等、お気軽に相談ください。
栄養指導（おやつ試食）もあります。
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！

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出向いて、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。6月は年長・年中組で「食事のマナー」をテーマに開催しました。

