



ニコニコ相談会

- 実施日** 令和6年2月21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** 令和6年2月22日(金)
- 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5年10月生まれ)
9か月児(令和5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

3歳6か月児健診

- 実施日** 令和6年2月8日(木)
- 受付時間** 午後1時30分～午後1時45分
- 会場** 森江野町民センター
- 対象者** 令和2年5月1日～
令和2年7月31日生まれ
- 持ち物** 母子健康手帳
- 内容** 医師の診察、身体測定、視力・聴力検査など

『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)



ほけんだより

— Health topics —

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

国見町健康ポイント事業にご参加ください!

「国見町健康ポイント事業」は、毎日の運動や食生活、各種健診受診、社会参加などのさまざまな健康づくりに取り組み、「健康ポイント」を集めるものです。ポイントを集めると「ふくしま健民カード」がもらえます。そのカードを県内の協力店で提示するとさまざまな特典が受けられます。

おうちでできる健康づくりにチャレンジして、お得な特典をゲットしましょう。

■対象者 18歳以上の国見町民(高校生を除く)

■参加方法

- ほけん課保健係の窓口で「国見町健康ポイント事業 記入台紙」を受け取ります。
- 台紙の項目に従って健康づくりを行い、ポイントを記入します。
- ポイントが集まったら、ほけん課保健係に持参ください。ポイントに応じた「ふくしま健民カード」と抽選で福島産米などが当たる「プレゼント応募はがき」をお渡しします。

■実施期間 令和6年3月8日(金)まで

※ふくしま健民カードや協力店の詳細については、健康ふくしまポータルサイトをご確認ください。



詳しくはこちら



食育シリーズ



■町では食生活改善推進員の皆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。10月・11月の食育内容をご紹介します。



育てたさつまいもでカレーを作ろう(年長児)



新米でおにぎりを作ろう(全員)

院長先生の診察室から

【第25回】



公立藤田総合病院院長
近藤 祐一郎 先生

令和5年も終わりが近づいてきました。皆さんにとって、今年はどうな年でしたか?年を取ると、1年がたつのは早いと感じますね。子供と大人では時間の感覚が異なり、時間の長さに対する体感とは年齢と逆比例するという、ジャーネーの法則があります。子供と大人では、時間の感覚が違っていると実感します。新しい事に触れる機会の多い子供は1日ながいのです。大人も、好奇心を持って新しいことに触れて、脳を活性化して、認知症を予防したいですね。

さて、コロナ感染症が発生してからすでに4年が経過しました。医療関係者にとっては、長く感じられます。第9波は落ちつきましたが、流行する感染症はインフルエンザを筆頭に、いろいろあります。油断せず、体調管理に注意し、感染対策(手洗い、うがい、マスク)を適切に行ってください。

冬が来て、寒さが厳しくなります。風呂場やトイレでの、ヒートショックには十分注意してください。また、転倒・骨折が増える季節です。病気ではないが、年齢と共に体力・気力が低下して、虚弱になってしまう事をフレイルと呼びます。フレイルの予防のポイントは、栄養、運動、人とのつながりですので、意識して行動しましょう。

来年度の初期研修医は7名の採用が決定しました。病院にとって明るいニュースです。

令和6年が、皆さまにとって、良い年でありますように、祈っております。