

健康だより

時日時 場所 内容 対象
 数募集人数 持持持持物 料料金 受受付期間
 主主催 申申込先 注注意 問問合先

結核・肺がん検診を受けましょう

平成31年度の結核・肺がん検診（豊浜・大野原地区）を次の日程で行います。

日本人のがん死亡原因の1位は肺がんです。早期発見のために年に1度は検診を受けましょう。（検診会場でも受け付け可）

対肺がん＝40歳以上、結核＝65歳以上
 料64歳以下＝200円、65歳以上＝無料
 喀痰検査500円（50歳以上の高喫煙者のみ）
 ※喀痰検査のみは不可

地区	受付日時	場所
豊浜地区	4月1日(月)	9:00～10:30 J R豊浜駅
		11:00～11:30 長谷公民館
		13:00～15:00 豊浜公会堂
	4月2日(火)	9:30～10:30 豊浜西部集会所
		11:00～11:30 箕浦自治会館
		13:00～13:30 大平木公民館
	4月3日(水)	9:30～10:30 豊浜南部集会所
		13:00～15:00 豊浜福祉会館
		14:00～15:00 豊浜福祉会館
大野原地区	4月4日(木)	9:30～10:00 田野々自治会館
		10:40～11:00 海老津集会所
	4月5日(金)	13:00～15:00 農協萩原支店
		13:00～15:00 いきいきセンター
	4月8日(月)	9:30～11:00 中姫ふれあい会館
		9:30～11:00 ビレッジハウス大野原(旧雇用促進住宅大野原宿舎)
		13:00～14:00 花稻研修センター
	4月9日(火)	14:30～15:30 中林集会所
		9:00～10:00 安井公民館
		10:30～11:30 大野原会館
		13:00～14:00 農協五郷支店
	4月10日(水)	14:30～15:30 萩のふるさと会館
9:00～10:00 石砂集会所		
10:30～11:30 白坂公民館		
4月11日(木)	13:00～14:30 農協紀伊支店	
	9:30～11:30 いきいきセンター	

※観音寺地区の日程は4月号でお知らせします。

申問 健康増進課 成人保健係 ☎23-3964

予防接種を受け忘れていませんか？ 公費助成期限は3月31日まで

麻しん風しん混合2期ワクチン対象者
 対平成24年4月2日生～平成25年4月1日生
 高齢者肺炎球菌予防接種
 対今年度下表の年齢に該当する人で、過去に肺炎球菌予防接種（23価）を受けたことがない人
 問健康増進課 母子保健係 ☎23-3964

年齢	生年月日
65歳	昭和28年4月2日生～昭和29年4月1日生
70歳	昭和23年4月2日生～昭和24年4月1日生
75歳	昭和18年4月2日生～昭和19年4月1日生
80歳	昭和13年4月2日生～昭和14年4月1日生
85歳	昭和8年4月2日生～昭和9年4月1日生
90歳	昭和3年4月2日生～昭和4年4月1日生
95歳	大正12年4月2日生～大正13年4月1日生
100歳	大正7年4月2日生～大正8年4月1日生

〈がん予防対策健康コラム〉

ピロリについて学ぼう！

ピロリってなあに？

胃の粘膜に住み着いて、胃炎や胃粘膜の萎縮を起こします。感染していない人に比べて、胃がんになりやすいといわれています。

どうやって住み着くの？

明らかではありませんが、免疫が十分に発達していない幼少期に主に感染(経口感染)しているのではないかと考えられています。

なぜ幼少期に住み着きやすいの？

- ①ピロリを異物と認識する力が弱い
- ②子どもの胃の中は酸性が弱いので住み着きやすい

子どもたちをピロリから守るために、大人がかんだ食べ物を子どもに与えないようにしましょう。

感染が分かったらどうしたらいいの？

ピロリにより胃の粘膜が萎縮すると胃がんがでやすくなるため、胃の粘膜が萎縮する前に除菌することが大切です。感染が分かたら、早めに主治医に相談しましょう。

元気印のかんおんじ21 第2次ヘルスプランの推進

健康増進計画・食育推進計画

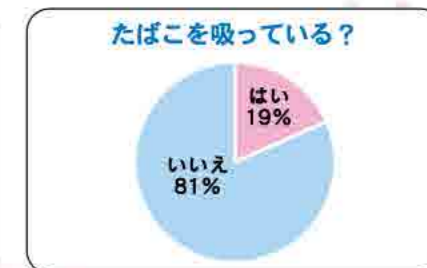
歯の健康グループ



歯の意識調査 ～新成人～

健康増進課 ☎23-3964

若い世代の人たちに歯の健康に関心を持ってもらおうと、1月13日に行われた成人式で歯の意識調査を行いました。調査結果の一部を紹介します。

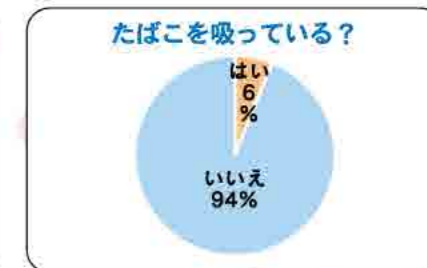


たくさんの新成人の皆さんにご協力をいただき、ありがとうございました。歯の健康を維持し、歯周病を予防するためには、丁寧な歯磨き習慣や定期的な歯科検診が大切です。成人という節目を迎えたことをきっかけに、歯の健康を見つめ直す人が増えることを期待しています。



歯の意識調査 ～新成人の保護者等～

二十歳の人生の節目に、親子そろって歯の健康を見つめ直してもらおうと、新成人の保護者等にも歯の意識調査を行いました。調査結果の一部を紹介します。



成人式に参加していたご家族や、そのお知り合いの人などに協力していただきました。歯みがきは、『磨いた』ことよりも『磨けた』ことが重要です。また、健康診断は年に1回受けるのに、歯科検診は「年に1回も受けない」「症状が出たときだけ歯医者さんに行く」のは、理想的ではありません。



「歯の健康」に関するパンフレットを配布しました。

三豊総合病院健康教室

●食べて治して、ハッピーライフ
 時 3月8日(金)午前10時～正午
 内 調理実習:高齢期の食事～調理の工夫～
 ●夜間糖尿病教室
 時 3月14日(木)午後6時～午後7時30分

内 これからの糖尿病治療、食事療法を長く続けていくために
 料 調理実習は実費600円
 注 両教室とも要予約(調理実習は1週間前まで)
 申問 同病院企業団健康管理センター ☎52-3366

子育て応援情報

育児教室「心愛カフェ」

育児教室を奇数月に開催しています。子どもの発達や子どもとの関わり方について、臨床心理士や栄養士、保健師、保育士などからアドバイスを受けることができます。

時 3月8日(金)午前10時～午前11時30分

所 保健センター1階

内 親子のふれあい遊び、ママカフェ「イヤイヤ期の子どもとの関わり方」、臨床心理士による子育て相談

対 0カ月～3歳までの親子

持 母子健康手帳

注 前日までに申し込みが必要

申 健康増進課 母子保健係 ☎23-3964

タッチケア&わらべうた

わらべうたを歌いながら、赤ちゃんの心と体に優しくタッチ！

時 3月27日(水)

午前10時30分～午前11時30分

所 ほっとはうす萩(旧萩原小学校)

講 乾昌代先生

対 6カ月ぐらいまでの赤ちゃんとお保護者

数 15組(先着順)

料 無料

持 バスタオル、飲み物

主 観音寺市愛育会

申 健康増進課 母子保健係 ☎23-3964



愛育会の会員を募集しています

観音寺市愛育会って？

親子の健康増進を通じて、地域や家族の健康づくりを進め、自分たちの住む地域をよりよくするために各地区で活動をしているボランティア団体です。

赤ちゃんから就学前の子どもを持つ親やその家族、活動に賛同してくれる人なら、どなたでも参加できます。お気軽に問い合わせてください。

このような親子の触れ合い遊びを定期的に行っています。



タッチケア&わらべうた

観音寺市愛育会わかばって？

愛育会の活動に賛同している人を中心に、子どもを持つ親同士のつながりが広がることを目的として活動しています。

会員は、子育てを終えた人やお孫さんがいる人、子育て中の人などさまざまです。「赤ちゃん同窓会」を、年間を通して子育て支援センター「ほっとはうす萩」で開催しています。会員になり、一緒に子育て中のお父さん、お母さんを応援しませんか。



赤ちゃん同窓会

「赤ちゃん同窓会」への思い

- 親同士の仲間づくりにつながるように
- パパ、ママと赤ちゃんの思い出づくりになるように

申 愛育会事務局
(健康増進課 母子保健係)
☎23-3964

3月1日～7日は 子ども予防接種週間

入園入学など新生活が始まる前に、体調を整え予防接種を受けましょう。各医療機関で接種日時を確認し、事前予約をお願いします。

問 健康増進課 母子保健係 ☎23-3964

相談

家庭児童相談	子育ての不安、養育困難、虐待、家庭内の相談など	土・日曜日、祝日を 除く毎日 午前8時30分～ 午後5時	市役所 1階 家庭児童 相談室
母子・父子自立相談	ひとり親家庭の相談や援助、貸付など		

児童相談(要予約) 3月13日(水)
午後1時30分～午後4時
(県の専門相談員が対応)

問 子育て支援課 こども・女性相談係 ☎23-3957

育児相談 3月19日(火)
午前9時15分～午前10時45分 保健センター

問 健康増進課 母子保健係 ☎23-3964

ほっとはうす萩の親子教室

子育て支援センター「ほっとはうす萩」では、楽しい教室を企画しています。参加をお待ちしています。

申 問 ほっとはうす萩 ☎23-6101

● 粘土細工に挑戦しよう

親子で力を合わせてミカンやリンゴなどの粘土細工を作りませんか。講師が分かりやすく指導します。

時 3月23日(土)午後2時～午後3時

所 萩のふるさと会館(旧萩原小学校隣)

講 戸塚ひとみ先生

数 20組(先着順)

料 1組500円

持 タオル、ティッシュ



● 忍者の修行「巻物をとりのもどせ編」

忍者修行を通して、体と心を鍛えませんか。

時 3月24日(日)午前10時30分～正午

所 ほっとはうす萩(旧萩原小学校)

講 豊南流忍者軍団

対 5、6歳の子どもの保護者

数 24組(先着順)

料 1組200円

持 運動のできる服装、上靴、運動靴



平成30年3月生まれ
ハローキッズ!! 1歳お誕生日おめでとう♡
Hello Kids!!
平成30年6月生まれの子どもを募集します

受付: 3月1日(金)から
場所: 秘書課 広聴広報係・大野原支所・豊浜支所・伊吹支所
申込方法: 申込用紙に写真を1枚添えて持参または郵送
注意: 応募多数の場合は先着順
問い合わせ先: 秘書課 広聴広報係 ☎23-3915



毛利圭佑ちゃん
父 彰吾さん 母 寛子さん



齋賀あかりちゃん
父 仁さん 母 あゆ美さん



福田景士ちゃん
父 景一さん 母 真佐江さん



安原瞳奈子ちゃん
父 健太郎さん 母 香子さん



藤田桜生ちゃん
父 雅也さん 母 李奈さん



小谷菜月ちゃん
父 直行さん 母 紗知子さん