

健康カレンダー

保健センター(すこやか館内) ☎(55)2010

4 力 月 児 健 診

- 対象 平成14年9月生まれ
- 日時 2月18日(火)=9月1日~15日生まれ 2月25日(火)=9月16日~30日生まれ
- 受付時間 午後0時45分~1時

1 歳 6 力 月 児 健 診

- 対象 平成13年7月生まれ
- 日時 2月4日(火)=下石・妻木・鶴里・曾木・駄知・肥田地区 2月28日(金)=土岐津・泉地区
- 受付時間 午後0時45分~1時
- ・ご希望により、保護者の歯科健診も行いますのでお申し出ください。

3 歳 児 健 診

- 対象 平成12年1月生まれ
- 日時 2月14日・21日(金)
(該当児には、視聴覚検査票を郵送する時に健診日を通知)
- 受付時間 午後0時45分~1時
- ・尿検査を行いますので、きれいに洗ったピンに入れて必ずお持ちください。

以上については、いずれも保健センター(すこやか館内)が会場となります。また、1歳6カ月児健診・3歳児健診・2歳児歯科健診時には、ご希望によりフッ素塗布(500円)を行います。

2 歳 児 歯 科 健 診

- 対象 平成13年1月生まれ
- 日時 2月3日(月)=下石・妻木・鶴里・曾木・駄知・肥田地区 2月10日(月)=土岐津・泉地区
- 受付時間 午後0時45分~1時
- 持ち物 母子健康手帳と歯ブラシ

フ ッ 素 塗 布

- 対象 平成11年1月・7月、平成12年7月生まれ
- 日時 2月4日(火)=下石・妻木・鶴里・曾木・駄知・肥田地区 2月28日(金)=土岐津・泉地区
- 受付時間 午前9時30分~10時30分
- 持ち物 母子健康手帳と歯ブラシ
- ・希望者に行います。料金は500円。

母子健康手帳交付

- 日時 2月6日・13日・20日・27日の木曜日、午前9時~11時30分

人口の動き

平成14年12月末日現在

総人口	64,416人
(男 31,331人 女 33,085人)	
世帯数	21,481戸
(平成14年12月中の)	
出生	42人
転入	109人
死亡	47人
転出	140人

こちら119番

市内の火災と救急出動状況
(平成14年12月)

- ・火災発生..... 0件(38件)
- ・救急出動..... 150回(1,613回)
- ()内は平成14年1月からの累計
- 消す心 置いてください 火のそばに

もぐもぐ(離乳食)教室の参加者を募集します

保健センターでは、離乳食の進め方、食べさせ方、味加減などについて実習する離乳食教室を開催します。

日時 2月19日(水) 午後1時~3時

場所 保健センター

対象・定員 4カ月児以上のお子さんの保護者・20人(お子さんは10人までお預かりできます。)

参加費 無料

持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具

用具

締め切り 2月14日(金)

詳しくは、同センターへどうぞ。

インフルエンザにご注意ください

インフルエンザを「たかが風邪の一種」と考えていませんか?

インフルエンザは、空気中に飛び散ったインフルエンザウイルスが体内に入ることによって感染する感染症です。軽いものは、風邪との区別がつきにくいのですが、感染力や全身の症状の強さから、風邪とは区別して扱われます。



予防方法

- 十分な休養を取りましょう。
- 手洗いと、うがいをしましょう。
- 室内の乾燥に注意しましょう。
- 人込みを避けましょう。
- 外出時には、マスクを利用しましょう。

2月1日~7日は『生活習慣病予防週間』です

生活習慣病とは、体の負担になる生活習慣を続けることによって引き起こされる病気の総称で、高血圧、糖尿病、がん、脳卒中、心臓病など多くの症状と疾患が含まれています。

規則正しい生活を心掛け、生活習慣病を予防しましょう。

生活習慣病の主な予防方法

バランスの良い食事

適度な運動

十分な休養と睡眠