

■ 集団検診の日程を追加

集団検診の日程を追加しました。今年度、がん検診の受診がお済みでない方は、この機会にお申し込みください。

■期日 2月4日(金)

■受付時間

午前7時40分～10時20分

■場所 ゆうゆう館

■項目 ヤング健診、がん検診(胃、胃ハイリスク、肺、大腸、前立腺、子宮頸、乳)、骨密度、肝炎ウイルス

■申込方法 インターネット、健康増進課に電話

■ がん検診はお済みですか？

今年度のがん検診を受けられる期間が残り少なくなっています。

がん検診は、集団検診か、医療機関での個別検診で受けられます。昨年5月末に発送した受診券に受診できる項目と申込方法が記載されていますので、ご確認ください。

※午後実施の検診は1月17日(月)が最後です。お早めにお申し込みください。

※詳しくは、受診券や広報しもつけ令和3年4月号(集団検診)・5月号(個別検診)、市ホームページでご確認ください。

■ 集団検診

■ 受診期限

2月の最終検診実施日

■ 申込方法 インターネット、健康増進課に電話

■ 個別検診

■ 受診期限 1月末日(子宮頸がん検診は2月末日)

■ 申込方法

委託医療機関に電話

教室

■ フレッシュママ・パパ教室 (両親学級)

出産を控えたご両親のために、安心して出産が迎えられるように実施しています。

■日時 1月24日(月) 午前9時30分～11時30分

■場所 ゆうゆう館

■対象者 出産予定日が3月～4月の方(上記以外の方も参加可)

■定員 8組(要予約)

■内容 産後の生活について、抱っこの仕方、市の相談先、妊娠中や産後にできる体操

■持ち物・服装 母子健康手帳、妊娠届出時に配布した黄緑色のファイル、スリッパ、バスタオル、筆記用具、飲み物、父子手帳(パパが参加する場合)、動きやすい服装

■申込期限 1月21日(金)



■ 健康づくり基礎教室

腹囲や脂質、血糖値などで基準値よりも高い項目があったら要注意！

生活習慣病の予防法を一緒に学びませんか？

■日時 2月8日(火) 午前9時15分～午後0時30分

■場所 市役所

■対象者 健康診断を受けた市内在住の20歳以上の方及びそのご家族

■定員 20名

■内容 生活習慣病を知る、家でできる運動の実践、バランスの良い食事のポイントを知る

■持ち物 健診結果、筆記用具、運動ができる服装・運動靴、飲み物(お茶か水)、マスク

■申込期限 2月3日(木)

教室

■ 子育て巡回相談

子育てに関する様々な悩みや心配事の相談を実施します。

■ 子育て支援センターつくし

■日時 1月17日(月)

午前9時～11時

■場所

子育て支援センターつくし(ゆうゆう館内)

■相談員

公認心理士、保育士

■ 子育て支援センターみるく

■日時 1月24日(月)

午前9時～11時

■場所 子育て支援センターみるく(わかば保育園内)

※初めて利用する方は、防犯対策のため入館者登録代200円がかかります(現金不可、キャッシュレス決済のみ)。

■相談員 臨床心理士、保育士、管理栄養士

■ 育児・母乳・栄養相談

お子さまの成長・発達や、授乳・離乳食に関する相談をお受けします。

■日時 2月7日(月)

午前9時30分～11時

※30分刻みでの予約制です。

■場所 ゆうゆう館

■相談員 保健師、助産師

■持ち物 母子健康手帳、案内状(乳幼児健診でもらった方)

■申込期限 2月3日(木)