



新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、今後も事業が中止、または変更となる場合があります。

## 総合健診(特定健診)について

生活習慣病予防のためにも年に1度は必ず健診を受け、健康づくりに取り組みましょう。



### ● 集団健診(検診) 日程

とき	ところ
12月5日(月)	総合福祉センター
1月22日(日)、23日(月)	

- **受付時間** 午前8時30分から11時まで。混雑緩和のため受付時間を20分ごとに区切ってご案内しています。健診の案内票をご確認ください。
- **申込方法** 申込書を送付しますので、電話でご連絡ください。また、申込書が自宅に届いている人は、必要事項を記入して、ご希望の健診日の**1か月前までに**返送してください。また、QRコードを読み取り、インターネットで予約することもできます。
- **健(検)診内容** 各種がん検診(胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん・子宮がん・乳がん)、結核検診、特定健診、基本健診・肝炎ウイルス検診



## 脳と血管の若返り教室参加者募集

食と運動や高血圧、糖尿病等の改善で、脳と血管が若返ることがわかってきています。

皆さんと一緒に学習し、実践していきましょう。

- **対象者** おおむね75歳以上の人
- **とき** 11月30日(水)と1月25日(水)の午前9時30分から午後1時まで  
※2日間の参加をお願いします。
- **ところ** 総合福祉センター保健棟
- **内容** からだの学習、昼食会、運動
- **持参品** 筆記用具、水分補給のお茶等、家庭血圧計(持っている場合のみ)  
※動きやすい服装でお越しください。
- **参加費** 無料
- **定員** 10人(先着順)
- **申込み** 11月22日(火)までに電話で申込み。定員10人になり次第締切。
- ※令和2年度に認知症予防教室及び令和3年度にこの教室に参加した人は、今年をご遠慮ください。

## 乳幼児健診・相談

11月の乳幼児健診は次のとおりです。該当者には事前に通知をしています。

- **とき** 健診の内容によって異なりますので、詳細は通知(案内)書をご確認ください。
- **ところ** 総合福祉センター保健棟
- **内容** 身体測定・問診・小児科医診察・育児相談・栄養相談など
- ※お子さんのことで相談がある人は、随時個別に対応しますので、気軽にお問い合わせください。



健診	とき	対象児
4か月健診	11月17日(木)	令和4年6月16日から 令和4年7月20日生まれ
1歳半健診	11月10日(木)	令和3年4月7日から 令和3年5月10日生まれ
3歳健診		令和元年10月7日から 令和元年11月10日生まれ

※7、12か月健診は該当者に個別に通知しています。

## ぴよぴよひろば

子連れで気軽に遊ぶことができる子育ての「ひろば」です。新型コロナウイルス感染防止対策で予約制でしたが、今月より予約は不要となりました。おもちゃ等の消毒は1日1回実施します。

- **対象者** 町内在住の乳幼児と保護者
- **とき** 毎週月・水・金曜日の午前10時から午後4時まで(午前中は保育士が常駐しています)
- **ところ** 総合福祉センター母子指導室
- **定員** 1部屋に10人まで  
※定員を超えるとお待ちいただく場合があります。  
※部屋での飲食はできません。

## 男性のための料理教室

みんなで楽しく料理をしませんか。身近な材料で作れる簡単なメニューです。ぜひご参加ください。

- **対象者** 町内在住の男性
- **とき** 11月25日(金)午前10時から
- **ところ** 総合福祉センター保健棟
- **定員** 20人(定員になり次第締切)
- **参加費** 300円(材料費)
- **持参品** エプロン、三角巾(バンダナ)
- **申込み** 11月14日(月)までに電話で申込み