

6月は食育月間です!! 食べる力=生きる力を育もう

毎日口にする食べ物が私たちの体をつくり、成長させ、病気に対する抵抗力を生み出します。健康的な食のあり方を学んでみましょう。ぜひ、お子さんと一緒にご参加ください。

- 日 時 6月6日(火) 10:00~11:00
- 場 所 利根町保健福祉センター
- 内 容 (ご希望の内容にご参加ください)
 - ①利根町ヘルスマイトによる食事のお話と試食
(対象: 1~3歳の幼児とその保護者)
 - ②管理栄養士による「離乳食の進め方」等の栄養相談と試食
(対象: 離乳期の幼児とその保護者)



結核・肺がん・肝炎・前立腺検診のお知らせ

検診名	結核	肺がん	肝炎ウイルス (B・C型)	前立腺がん
検査方法	胸部レントゲン検査	①胸部レントゲン検査 ②喀痰検査(※)	血液検査 (B・C型)	血液検査 (PSA 検査)
対象者	65歳以上	40歳以上 ※②喀痰検診については 問診で該当になった方のみ	①今年度40歳を迎える方 ②41歳~70歳までの方で、 過去に検査を受けていない方	50歳以上
自己負担	無料	①無料 ②1,000円	①無料 ②1,000円	1,400円
受付時間	9:00~10:30 / 13:00~14:30 予約不要 (当日検診会場にて受付)			
会場・日程	利根町公民館 6月13日(火)・14日(水)・15日(木) 利根町民すこやか交流センター 6月16日(金)・18日(日)・19日(月) 文間地区農村集落センター 6月20日(火) 利根町生涯学習センター 6月21日(水) 利根町公民館 6月22日(木)			

※利根町に住居登録のある方が対象です。
※生活保護世帯の方は、自己負担はありません。受付で申し出てください。
※どちらの健康保険被保険者でも受診できます。

年齢基準日 平成30年3月31日現在

40歳 肝炎ウイルス無料検診受診票送付

対象者: 平成29年度内に満40歳になる方
(昭和52年4月2日~昭和53年4月1日生まれ)
内 容: 上記検診の日時に受けられます。
※受診票が必要です。※肝炎ウイルスの受診票は4月20日現在住民登録のある方にお送りします。

第55回
もの忘れ予防講座のお知らせ

- 日 時 5月26日(金) 10時~正午
(受け付け 9時40分~)
 - 会 場 利根町公民館 多目的ホール
 - 内 容
 - ①「認知症と自動車運転について」
講師: 筑波大学医学医療系臨床医学域精神医学
あらいてつあき 新井哲明 教授
 - ②「フリフリグッパ体操を一緒に踊ろう」
~長く続けて脳も体も活性化~
指導: 利根フリフリクラブの皆さん
- 申し込み不要。どなたでも参加できます。
一緒に軽く体を動かしてみよう!!



利根町保健福祉センター

イベント案内 (5月~6月)

- 育児相談・食育広場・ワイワイサロン
日時: 6月6日(火) 10:00~11:00
対象: 全乳幼児
内容: 保健師相談・栄養相談(育児相談)は当日の受付順
- ヘルシー相談
日時: 5月16日(火)・6月1日(木) 9:00~11:15
内容: 管理栄養士による健康・栄養相談
予約: 前日までに予約してください。
- 口腔相談
日時: 6月14日(水) 10:00~14:30
内容: 歯科衛生士による口腔機能相談
予約: 前日までに予約してください。
- もの忘れ相談
日時: 5月23日(火) 13:00~15:30
内容: 「もの忘れ」が気になる方等の相談
予約: 前日までに予約してください。
- 精神保健相談
日時: 6月20日(火) 13:30~15:00
内容: 専門職による相談
予約: 1週間前までに予約してください。

予約・お問い合わせ先
利根町保健福祉センター ☎ 68-8291

5月31日はWHOの世界禁煙デー

~肺がん予防、まずは禁煙から~

たばこの煙には60種類以上の発がん促進物質、200種類以上の有害物質が含まれており、中でも「ニコチン」「タール」「一酸化炭素」は3大有害物質で健康に悪影響を及ぼします。

また、各種有害物質の発生は副流煙の方が多いためです。がん全体の死亡原因の30%がたばこによるものです。

がんの危険性を高めるほか、心臓病、肺の病気、消化器の病気のリスクが高くなります。また、副流煙を吸う受動喫煙によっても危険性が高くなります。

たばこを吸っている方は、世界禁煙デーを機会に、たばこと健康被害について考え、ご自身・ご家族・周囲の方の健康を守るため、

禁煙に取り組んでみましょう。

