

Healthy Life

健康推進課 ☎ (93) 4121
FAX (93) 2422

8月の個別予防接種

母子保健班

※対象者には通知します。
※契約医療機関への予約が必要です。

ヒブ・小児用肺炎球菌・B型肝炎

令和2年6月生まれ

BCG 令和2年3月生まれ

4種混合 令和2年5月生まれ

MR (麻しん・風しん)・水痘

令和元年7月生まれ

日本脳炎 平成29年7月生まれ

ベビーマッサージ&ママヨガ教室

母子保健班

日時…8月27日(木)

① 9:45 ~ ② 10:45 ~

※兄弟姉妹と一緒に参加するときは①に申し込んでください。

場所…保健センター(すこやかセンター内)

対象…令和2年2月~4月生まれ
(初めての参加に限ります)

定員…各時間7組

持ち物…母子手帳、バスタオル

費用…1組500円 申込…電話

在宅訪問歯科診療制度

母子保健班

市では歯科保健サービスの一環として、訪問による歯科診療と歯科保健指導などを行います。

対象…市内在住で原則65歳以上の寝たきりまたはこれに準ずる状態のため通院による診療が困難で、かつ在宅で歯科診療が可能な人

プレパママ教室

母子保健班

初めて出産を迎える夫婦を対象にした教室です。

日時…8月29日(土)

① 9:00 ~ 11:00

② 13:00 ~ 15:00

場所…保健センター

(すこやかセンター内)

内容…妊娠中の生活、ママと赤ちゃんのお口のお手入れ&栄養、お風呂の入れ方、妊婦体験(パパ)

定員…各時間8組

費用…250円(テキスト代)

申込…8月27日(木)までに電話

生活習慣病予防医療講演会

成人保健班

共通事項

場所…保健センター2階

(すこやかセンター内)

定員…各回20人

申込…電話で予約

①脂質異常症予防講演会

日時…9月6日(日) 10:00 ~ 12:00

受付 9:30 ~

内容…気になるコレステロールと動脈硬化の関係~生活改善のポイントについて

講師…山賀 政弥さん

(成田赤十字病院糖尿病・内分泌代謝内科医師)

②糖尿病予防講演会

日時…9月27日(日) 10:00 ~ 12:00

受付 9:30 ~

内容…血糖値・HbA1cが気になる方へ~コントロールするための正しい知識について

講師…橘 香穂里さん

(成田赤十字病院糖尿病・内分泌代謝内科部長)

★…保健センター(すこやかセンター内)

Toshokan
Net

とじょかんねっと

富里市立図書館 ☎ (90) 4646
(9:30~17:00)

<https://www.library.tomisato.chiba.jp/>

図書館カレンダー

開館時間…9:30 ~ 18:00

※土・日曜、祝日は17:00まで

※金曜日は19:00まで

(休日に重なった場合を除く)

☑…休館日

◆…おはなし会 ●…親子おはなし会

日	月	火	水	木	金	土
						1 ◆
2	3	4	5 ●	6	7	8 ◆
9	10	11	12	13	14	15 ◆
16	17	18	19	20	21	22 ◆
23	24	25	26	27	28	29 ◆
30	31					

8月の映画会について

映画会は、休止とさせていただきます。
再開時期につきましては決まり次第、
広報とみさとや図書館ホームページなどでお知らせします。

来館時のお願い

来館時は、家庭などで健康状態を確認し、以下の項目について、ご協力をお願いします。

○来館前の検温 ○マスクの着用

○消毒液での手指消毒

(図書館入口付近にも設置してあります)

○他の利用者との適正な間隔の確保

おはなし会

毎週土曜日 14:00 から「2階研修会議室3」で、絵本や昔話を楽しむ会を行っています。(20分程度・4歳くらいから小学生)

とっておきの楽しいお話をたくさん用意してお待ちしています。

親子おはなし会

毎月1回水曜日、10:30から30分程度、図書館ボランティア「もりのなか」による乳幼児対象のわらべ歌を中心とした、おはなし会を行っています。親子で一緒に楽しみましょう。

場所…2階研修会議室3

その生活習慣、続けて大丈夫ですか？

生活習慣病予防セミナー

特に症状もないし、自分はまだ大丈夫だと思いませんか？
気づかないうちに生活習慣病はどんどん悪化してしまいます。
全ての講座はもちろん、気になる講座だけの受講もできます。
この機会に自分の体を見直してみませんか？

共通事項

場所…保健センター2階(すこやかセンター内)

定員…各回10人 講師…保健師、管理栄養士、歯科衛生士

申込…健康推進課に電話

脂質異常症・肝機能

9月11日(金) 10:00 ~ 11:30

○気づかないうちに進行する動脈硬化から血管を守るには

糖尿病

9月18日(金) 10:00 ~ 11:30

○糖尿病を防ぐライフスタイルとは？

高血圧・腎機能

10月9日(金) 10:00 ~ 11:30

○食塩の目標摂取量を知って減塩生活を始めませんか？

□の健康と全身の関係

10月16日(金) 10:00 ~ 11:00

○人生100年時代に向けて！「健口」生活を見直しませんか？



8月の健康カレンダー

日(曜日)	行 事	場所	受付時間
3(月)	育児相談(要予約)	★	13:30 ~ 14:30
	健康相談(要予約)	★	9:30 ~ 11:00
4(火)	1歳6か月児健診(平成30年10月生まれ) ※対象者には個別に通知	★	12:30 ~ 13:00 13:00 ~ 13:30
	3歳児健診(平成28年11月生まれ) ※対象者には個別に通知	★	12:30 ~ 13:00 13:00 ~ 13:30
21(金)	1歳6か月児健診(平成30年11月生まれ) ※対象者には個別に通知	★	12:30 ~ 13:00 13:00 ~ 13:30

こんにちは 地区保健推進員です！
~私たちは地区の健康づくりをサポートしています~

日吉台小地区

井上 清子(日吉台1丁目)・中村 君枝(日吉台2丁目)

中村壽美子(日吉台3丁目)・飯泉 早苗(日吉台3丁目)

国井貴美子(日吉台6丁目)・松本ヒトミ(日吉台6丁目) <敬称略>

日吉台小地区では、地区社会福祉協議会主催の、子育て交流会(ほっかほかクラブ)での手作りおやつ提供や、1歳の誕生日を迎えるお子さんのお宅に、歯ブラシやパンフレットを届ける1歳児訪問を行っています。

南小地区

江原 ゆみ(武州)・吉田幾久子(旭)・井ノ口明美(東立沢)

岡田のり子(三区)・越川 一恵(三区)・福田 明美(立沢台)

鈴木美智子(高野) <敬称略>

南小地区では、各地区の老人クラブなどで健康講座を開催し、試食や体操などを行っています。

また、地区社会福祉協議会主催の交流会にて、おやつを提供しています。