

6月の健康伝言板



問申 健康づくり推進課 (袋井保健センター ☎42-7275)
(浅羽保健センター ☎23-9222)

| 内 容 | 対 象 | と き | と ころ | 持 ち 物 | |
|------------|-------------------------------|--|-------------------|---|---------------------------------------|
| 7か月児相談 | H17年10月生 10・11月生 | 1日(木) 15日(木) | 受付午前9時～9時30分 | 袋井保健センター 浅羽保健センター | 母子健康手帳、健診アンケート、 メロンキッズ |
| 1歳児相談 | H17年5月生 | 8日(木) | 受付午前9時～9時30分 | 袋井保健センター | 母子健康手帳、健診アンケート、 メロンキッズ |
| 1歳6か月児健診 | H16年11月1日～15日生 11月16日～30日生 | 2日(金) 23日(金) | 受付午後1時～1時45分 | 袋井保健センター | 母子健康手帳、健診アンケート |
| 2歳児相談 | H16年4・5月生 5月生 | 7日(水) 28日(水) | 受付午前9時～9時30分 | 浅羽保健センター 袋井保健センター | 母子健康手帳、健診アンケート |
| 2歳6か月児相談 | H15年11月生 10・11月生 | 13日(火) 21日(水) | 受付午前9時～9時30分 | 袋井保健センター 浅羽保健センター | 母子健康手帳、健診アンケート |
| 3歳児健診 | H15年5月1日～15日生 5月16日～31日生 | 9日(金) 30日(金) | 受付午後1時～1時45分 | 袋井保健センター | 母子健康手帳、健診アンケート、尿 |
| おかあさん教室 | | 27日(火) | 受付午前8時45分～11時15分 | 袋井保健センター | 母子健康手帳、わくわくマタニティ |
| 母乳相談 | 要予約 | 5日(月) | 受付午前8時45分～11時15分 | 袋井保健センター | 母子健康手帳、タオル2本 |
| 離乳食実習 | 4～6か月児の保護者 7～10か月児の保護者 | 20日(金) 22日(木) | 受付午前9時15分～9時30分 | 浅羽保健センター 袋井保健センター | エプロン(お子さんを連れてくる方は オムツやミルク、おびいひもなど) |
| すこやかガイド交付 | H18年4月生 | 14日(水) 26日(月) | 受付午前9時15分～9時30分 | 袋井保健センター 浅羽保健センター | 母子健康手帳、健診アンケート |
| でんわ健康相談 | どなたでも | 月～金曜日 | 受付午前8時30分～午後5時15分 | 袋井保健センター 浅羽保健センター | |
| 定例健康相談(母子) | どなたでも | 12日(月) | 受付午前9時30分～11時 | 袋井保健センター | 母子健康手帳 |
| 定例健康相談(成人) | どなたでも | 7日(水) | 受付午前9時30分～11時 | 袋井保健センター | 健康手帳 |
| 公民館・地区保健室 | どなたでも | 6日(火)、8日(木)、 13日(火)、14日(水)、 15日(木)、20日(火)、 22日(木) | 午前9時30分～11時30分 | 6日(火) 袋井東公民館、8日(木) 袋井南公民館、13日(火) 今井公民館、14日(水) 山梨公民館、15日(木) 南部健康ブ ラザ、20日(火) 浅羽東公民館、22日(木) 浅羽南公民館 | |

保健センターからのお知らせ

基本健康診査に新しい項目が加わります

64歳以下の方に、腹囲測定を追加します。

内臓肥満(内臓脂肪の蓄積)を判定し、生活習慣を予防するため腹囲測定を行います。

<腹囲が85cm以上の方は要注意!>

へその高さで測り、男性で85cm以上、女性で90cm以上の方は、内臓脂肪が多いと考えられています。

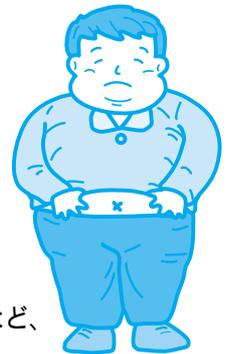
65歳以上の方に、介護予防のための「基本チェックリスト」と「診察項目」を追加します。

<基本チェックリスト>

「肥満度測定」や「バスや電車で1人で外出できるか」、「日用品の買い物をも自分でしているか」など、25項目の質問事項に答えてもらい、日常生活をチェックします。

<新たな診察項目>

口の中の衛生状態の診察 関節の動きの診察 反復だ液えんげテスト(30秒間で3回以上だ液を飲み込めるか) 血清アルブミン値の検査(血液を検査し栄養状態を調べます) は必要な方のみ実施します。



問申 健康づくり推進課健康指導1係 ☎42-7275 健康指導2係 ☎23-9222