

2月の保健行事

2月の当番医

2月11日 平田眼科医院 TEL854-8880	2月25日 はまもと皮ふ科 TEL855-2662
2月18日 瀬尾整形外科 TEL854-2222	3月4日 豊田医院 TEL854-2181

☆電話番号、特に局番をよくお確かめの上、おかけください。

行事	月日等	場所	時間	内容
健康相談	14日(水)	新宮老人集会所	13:30~15:00	妊婦・生活習慣病予防などの相談に応じ、血圧測定・検尿・健康体操、母子健康手帳の交付等を行います。
	19日(月)	西部地域健康センター		
	21日(水)	城之堀老人集会		
	26日(月)	東公民館		
すくすくクラブ (育児相談)	3月7日(水)	中央ふれあい館	10:00~11:30	
	13日(火)	西部地域健康センター	10:00~11:30	乳幼児の身体測定、子育て・発達、栄養(離乳食)等の相談に応じます。助産師による、おっぱい相談・産後相談等にも応じます。
	26日(月)	町民会館	10:00~11:30	
1歳6カ月児健診	3月7日(水)	中央ふれあい館	13:30~15:00	
	15日(木)	西部地域健康センター	(受付時間) 13:00~13:45	平成17年4月1日~7月31日生まれの幼児が対象です。 (対象児には個人通知を行います)
16日(金)	町民会館			
乳児健診	3月6日(火)	西部地域健康センター	13:00~13:45	平成18年10月1日~平成19年1月31日生まれの乳児が対象です。 (対象児には個人通知を行います)
	3月9日(金)	中央ふれあい館		

※広報「くまの」では、町民の皆さまのお宅に広報が届くまでの期間を考慮して、おおむね発行月の11日以降から翌月10日までの行事のお知らせを掲載しています。

問合せ先
熊野町公衆衛生推進協議会
(生活環境課内)
TEL 820-15606

前ページで紹介の「第3回くまの町健康まつり」において献血を実施します。今回の献血より、400ミリ献血を主として活動を行います。また、毎年11月から翌年2月にかけて、献血者数が減少し、血液量も不足します。皆さまの温かいご理解とご協力をお願いいたします。

※以前、献血会場に設置した日程表の受付時間に誤りがありました。訂正してお詫びします。

くまの町健康まつりに
献血車がやってきました

来てね!

問合せ先
健康課
TEL 855-1755

県民公開講座の
お知らせ

テーマ
「初期から3次までの
救急医療を考える」

■基調講演
「救かる患者と救ける患者」
講師 河野 修典
(広島大学大学院医歯
薬学総合研究科教授)

■シンポジウム

とき 2月18日(日)
午後1時~4時半

ところ
広島国際会議場フェニ
ックスホール
(平和記念公園内)

その他
申込不要、入場無料

皆さんは、普段から習慣的に行っている運動がありますか？
日常生活の中で、適度な運動、身体活動を行うことは、生活習慣病の予防や寝たきり予防、こころの健康にもつながります。また、幼児期からの運動習慣は、成長してからの運動能力・体力に大きく影響します。
生活の中で身体を動かす機会が減っている現代社会では、意識して身体を動かすことがとても重要になっています。



運動習慣を身に付けよう

熊野町の現状は？

平成17年のアンケート調査で熊野町は「意識してからだを動かしている人」の割合が、県平均より高い結果になっています。その一方で、肥満の人(BMI 25以上)の割合や高脂血症・糖尿病・肝疾患の割合

合は県平均よりも高くなっています。また、若い世代ほど運動習慣がないことも分かっています。今後、より若い年齢からのさらなる運動習慣の徹底と、食生活改善の必要性があります。



健康まつりに家族で行こう

第3回くまの町健康まつりは、「世代を超えて」からだを動かす習慣づくりをテーマに実施します。今まで運動してきた人や今から始める人に役立つ情報・実践技術を提供できる内容にしています。また、食事(栄養)に関することやすつきりスリム大作戦!(健康教室)の内容紹介・

健康くまの21(ヘルスアップ推進員)の活動発表も予定しています。その他町内小学校の保健活動の掲示発表、子ども向けのコーナなど、年齢を超えて楽しめる内容です。ぜひご家族でお越しください。

(健康課)

第3回 くまの町健康まつり

とき 2月25日(日) 10:00~15:00
ところ 町民会館

テーマ 「世代を超えて ~からだを動かす習慣づくり~」

- 献血 ①10:00~12:00 ②13:00~15:00
- 正しいウォーキングフォームで一緒に歩こう!
手軽なウォーキングを毎日の生活の中に取り入れてみませんか? 初めての方、大歓迎!
・ウォーキング講習会 13:00~14:00
・ウォーキング 14:00~14:30 (要予約)
申し込み 2月8日より受付 先着60名
- その他の催し ・体力テスト・健康相談
・レクリエーションスポーツに挑戦しよう!
・なつかし遊びでからだところを動かそう!
・すこやか紙しばい・飲食バザー など...

- 先着200名様に
花の苗プレゼント!
- オープニングイベント
・町長あいさつ 10:00~
・講演「走る喜び 走る楽しさ ~生活の中に運動習慣を!~」
講師: 山田(旧姓・小鳥田) 貴子さん
熊野町出身 元デオデオ女子陸上部

問合せ先/健康課 TEL855-1755