

# 保健行事

☎健康課 820-5637

行事	月日	場所	時間	内容等
すくすくクラブ (育児相談)	12日(水)	中央ふれあい館	13:30~15:00	身長・体重測定、保健師等による母乳・ミルク・離乳食・幼児食の相談、産後相談、育児相談、発達相談など。友達づくりに気軽にご利用ください(予約不要)。 ☎2か月頃～未就学の乳幼児とその保護者 持参物:母子健康手帳
	18日(火)	町民会館	10:00~11:30	
	25日(火)	西部地域健康センター	10:00~11:30	
	7月5日(金)	東部地域健康センター	13:30~15:00	
1歳6か月児健診	7月10日(水)	中央ふれあい館	13:30~15:00	対象者には個人通知を行います。転入等で通知が届かない場合は健康課にお問い合わせください。 ☎町内に住所を有する1歳6か月～1歳10か月までの幼児(H23年8月1日～H23年11月30日生)
	14日(金)	町民会館	(受付時間) 13:00~13:30	
両親学級	7月7日(日)	中央地域健康センター	10:00~12:00 (受付9:45~)	沐浴実習、お父さんの妊婦体験、最近の子育て事情など。ご家族でご参加ください。 持参物:母子健康手帳
健康相談	19日(水)	西部地域健康センター	13:30~15:00	生活習慣病予防・妊婦などの相談に保健師・栄養士が個別に応じます。血圧測定・検尿を行います。健康手帳・健診の結果をお持ちの方はご持参ください(予約不要)。
	24日(月)	東部地域健康センター		
	7月3日(水)	中央ふれあい館	10:00~11:30	
一般健康教室	13日(木)	西部地域健康センター	10:00~11:30	～親子でクッキング教室～元気の出るおやつ作り☆みんなで楽しく作って食べよう! ☎未就園児の親子15組 ¥親子1組200円 申6月10日(月)まで ※参加希望の方は、健康課にご連絡ください
スマイルキッズ ※要予約	28日(金)	中央地域健康センター	10:00~11:30	～ヘルシーおかし作り～ 持参物:エプロン ¥1人50円 申6月26日(水)まで ※参加希望の方は、健康課にご連絡ください
もぐもぐ 歯っぴー教室	7月2日(火)	町民会館	(受付時間) 10:15~10:30 (実施時間) 10:30~11:30	歌と手あそび、歯みがきのコツ、離乳食・幼児食の話・試食など。個別相談もできます。 ☎9か月頃～1歳6か月頃までの乳幼児と保護者 持参物:普段使っている歯ブラシ、手拭きタオル、汚れてもよい服でお越しください。

## 当番医

6月16日 高橋整形外科クリニック ☎854-2222      6月30日 児玉クリニック ☎855-4700  
6月23日 はまもと皮ふ科 ☎855-2662      7月7日 藤田小児科医院 ☎854-0707  
※電話番号、特に局番をよくお確かめの上、おかけください。  
※急な当番医の変更があった場合は、記載と異なることがありますのでご了承ください。

## ゆらっとくま～体操教室 参加者大募集!

いつまでも輝く自分であるために、体操リーダーと一緒にからだを動かしてみませんか? 道具を使わず、誰でもできる体操です。地味だけど、続けることでしなやかなからだを作ることができますよ!

☎熊野町にお住まいの方ならどなたでも ☎中央地域健康センター デイルーム  
時6月13日(木) 13時30分~14時30分(月1回実施)

☎申健康課 ☎820-5637



※広報「くまの」では、町民の皆さん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。



## 病気の予防・早期発見のため 住民健診を受けましょう

●自分のために・家族のために  
自分も、大切な人も、毎日いきいきと自分らしく日常生活を送ることに、まずは自分の今のからだの状態を知ることから始めましょう。

「私は風邪も当分ひいてないし、どこも痛くないから大丈夫」と、健康に自信を持っていてる方や、「酒の飲みすぎで数値が悪いのは分かっている」など、体調不良を自覚しているけれど健診を受けていない方も、今の自分の健康状態を知っておくことはとても大事です。



いきいきとした毎日を送るためにも、日ごろからの健康管理と年に一度は健診を受けて自分の身体を守りましょう。

### ◆がん検診を受けましょう!

がんは日本人死亡原因の第1位です。医療技術の進歩で早期に発見された場合は、多くの方ががんを治すことができるようになりました。早期発見をして治すためにがん検診を受けましょう。

### ◆健診の受け方が変更になりました!

重要 平成25年度からお待ちいただく時間を極力少なくするため、健診日と受付時間を通知することになりました。お知らせする受付時間以外に来ていただいた場合、その日の最後の順番になりますのでご注意ください。  
また、お知らせした健診日と受付時間で都合の悪い場合は変更できますので、健康課までご連絡ください。

### 【申し込み方法】

5月号町広報と併せて配布している「平成25年度熊野町住民健診(集団)一案内と申込方法」についている申込み用はがきに記入して、指定のボックスまたは郵送にて6月28日(金)までに申込みください。申込み用紙は各地域健康センター・各公民館・町民体育館・中央ふれあい館・役場にも用意しています。



がん検診へ行くようよ  
キャンペーン広島

☎健康課 820-5637

## くまの歌壇

呉歌人協会会長  
山本敦治 選

今月の歌壇賞  
陸まじき家族も絶えて廃屋の  
軒低くして草丈高し 臺 信

### 入選作品

今月も法話の中に身を置いて  
見知らぬ浄土へ手を合わせおり 北木邦子  
鶉色の雨しとどなる公園に  
花弁舞ひゐて春惜しみをり 進藤 隼美  
花筏の流れにそつと足を入れ  
飛び越えてゆく小雨の中へ 大杉 徳子

皆さんからの短歌を募集(1人2作品まで)。住所、氏名、年齢、連絡先を記載の上、6月21日(金)までに総務課必着。応募方法は不問。Eメールのタイトルは「短歌俳句係」。  
今回募集の短歌は、広報くまの8月号に掲載予定です。  
☎申731・4292 熊野町中溝一丁目1番1号 総務課法制情報グループ (joho@town.kumano.hiroshima.jp)  
☎820・5601