

第28回「目の愛護デー」

電話無料相談

千葉県眼科医学会会員が、目の健康についての相談にお答えします。

とき 10月11日(月・祝)

午前9時～午後4時

相談電話 ☎043(242)4271

※当日のみ

その他 事前申込は不要です。

◆問い合わせ

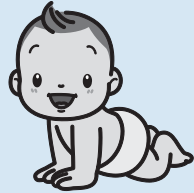
千葉県眼科医学会事務局

☎043(275)2354

☆すくすくギャラリー☆

お子さんの写真を募集しています!!

対象 町内在住の小学校入学前のお子さん
掲載予定 毎月1名(申込順)
申込方法 総務課秘書広報班へお申込ください。
※電話申込可



◆申込・問い合わせ

総務課秘書広報班

☎84-1211

保健の掲示板(健診・相談・予防接種)

とき	行事名	対象者	受付時間
9/3(金)	3歳児健診	平成19年1月～2月生まれ	午後1時～2時15分
9/6(月)	健康相談	希望者	午前9時～正午 午後1時～4時
9/7(火)	ポリオ	平成21年9月～11月生まれ	午後1時30分～2時
9/29(水)	乳児健診	平成22年4月～5月生まれ	午後1時15分～2時15分
10/1(金)	乳児相談	平成21年11月～12月生まれ	午後1時15分～2時15分
10/4(月)	健康相談	希望者	午後1時～4時 ※午後のみ
10/13(水)	1歳6ヶ月児健診	平成21年2月～3月生まれ	午後1時15分～2時15分
10/14(木)	2歳児歯科健診	平成20年7月～8月生まれ	午前9時～10時30分
10/26(火)	ポリオ	平成21年12月～平成22年2月生まれ	午後1時30分～2時

会場 健康づくりセンター「プラム」

◆問い合わせ 健康管理課健康管理班 ☎82-3400

●個別予防接種【指定医療機関にて接種】

予防接種名	対象者	接種期間
三種混合	生後3ヶ月～90ヶ月未満	
B C G	生後3ヶ月～6ヶ月未満	(接種期間が短いので注意)
麻しん風しん混合1期(1歳児)	1歳～2歳未満	
麻しん風しん混合2期(年長児に相当する年齢の児)	平成16年4月2日～17年4月1日生まれ	平成23年3月31日まで(早期に接種してください)
麻しん風しん混合4期(高校3年生に相当する年齢の方)	平成4年4月2日～5年4月1日生まれ	平成23年3月31日まで(早期に接種してください)
日本脳炎(1期初回)	平成19年4月1日～8月31日生まれ	

※注意 接種対象月数・接種期間を過ぎた場合有料

※日本脳炎について

今年度3歳になるお子さんから、積極的勧奨を行うこととなりました。該当児には順次通知をしています。



子供のときの

生活から始まる

生活習慣病

今、話題の生活習慣病。生活習慣病は大人だけのものではありません。実は、生活習慣病の芽は子供のころに作られ、10代で動脈硬化のみられるお子さんもいます。

町では、小学4年生・中学1年生を対象に小児生活習慣病予防健診を実施しています。

この健診では、身長、体重、血圧測定、血液検査(脂質、貧血、肝機能)を実施します。

◎22年度の結果

総合判定を見ると、小学生で約2%が要医療、約10%が生活改善を勧める、中学生では約1%が要医療、約6%が生活改善を勧めるという結果になっています。

肥満の状況は、小学校・中学校とも約15%が改善を要する結果となっています。子供のころに肥満があると大人になっても肥満になる傾向があるとされています。子供のころからの肥満は、長期間、

体にいろいろな負担をかけるため、30代、40代で生活習慣病を発症させやすくなります。

また、痩せていてもコレステロール値の高いお子さんもあり、血液検査をしてびっくりされる方もいます。

◎家族みんなで生活改善！
食事・運動・休養を意識しましょう。

食事は1日3回、ゆつくりかんで、家族で楽しい食卓を作りましょう。

運動は、健康な体を作る第1歩です。子供のころからの運動は、筋肉や骨を作るものになりますので、親子で外遊びの機会を作り、運動習慣を作りましょう。

睡眠時間を十分にとりましょう。子供のころから夜更かしをすると、成長ホルモンがうまく働かず、脂肪の分解ができなかつたり、日中頭が働かずボーっとすることが多くなります。

お子さんの将来のため、子供のころからよい生活習慣を身につけましょう。

◆問い合わせ

健康管理課健康管理班
☎(82)3400