

11月「児童虐待防止推進月間」

▶ 問合せ ども家庭センター
(Tel.22-9918)

虐待かもと思った時などに、すぐに近くの児童相談所につながる電話番号189(イチハヤク)をご存じですか。匿名で連絡することができ、相談内容の秘密も守られます。

児童虐待

- ◆身体的虐待(殴る・蹴るなど)
- ◆性的虐待(性的行為をする・見せるなど)
- ◆ネグレクト(家に閉じ込める、食事を与えない、病気になっても医療機関に連れて行かないなど)
- ◆心理的虐待(言葉による脅し、無視、子どもの前で家族に暴力を振るうなど)

ヤングケアラー

大人が担うような家事や家族の世話などを、日常的に行っている子どものことです。家庭内のデリケートな問題として、表面化しにくく課題となっています。

11月14日「世界糖尿病デー」

▶ 問合せ 健康課(Tel.23-8551)

国際糖尿病連合(IDF)と世界保健機構(WHO)は11月14日を世界糖尿病デーとし、糖尿病の普及啓発をしています。糖尿病の原因は遺伝や生活習慣などさまざまです。初期では自覚症状がなく気付いた時には進行し合併症から死に至ることもあります。

糖尿病の発症、

重症化予防のポイント

- ①バランスの取れた食事
1日3食規則正しく食べましょう。
- ②適度な運動
日常生活でプラス10分、身体を動かす機会を増やしましょう。
- ③健診受診
毎年、定期的に健診を受診し、その結果を振り返りましょう。

こころの健康講座(要申込)
「いつまでも自分らしく!
高齢期のこころの健康を保つコツ」

▶ 問合せ 健康課(Tel.23-8551)

ホームページID 233383441

日常生活でこころの健康を保つコツを学びませんか。

日時▶ 11月26日(木)

14:30～16:00

場所▶ 新城保健センター
(ZOOMによる視聴也可)

対象▶ 市内在住の方

費用▶ 無料

講師▶ 古井由美子氏
(臨床心理士)

申込▶ 電話か申込
フォームから申込み
(先着順)



▲申込フォーム

集団がん検診(要申込)

▶ 問合せ 健康課(Tel.23-8551)

ホームページID 325839297

日時▶ 12月15日(火)午前のみ、
1月25日(月)午前・午後

場所▶ 新城保健センター

内容、費用

胃がん	500円
大腸がん	300円
前立腺がん	500円
子宮がん	500円
乳がん 40歳代	500円 600円
結核・肺がん	無料

申込▶ 電話か申込
フォームから申込み
(先着順)



▲申込フォーム

その他

- ◆同日に複数項目の受診可
- ◆同じ検診を複数会場へ申し込むことはご遠慮ください。
- ◆各検診(医療機関での受診を含む)は年度内1人1回。2回目の検診費用は実費。

HEALTH

お知らせ保健

離乳食ひろば
(要申込)

▶ 問合せ ども家庭センター
(Tel.23-7621)

離乳食・歯の話、試食、身体計測(希望者)をします。

日時▶ 11月5日(木)

9:45～11:00

場所▶ 新城保健センター

対象▶ おおむね6か月から1歳のお子さんとその保護者

定員▶ 8組(先着順)

持ち物▶ 母子健康手帳、スタイ(試食に必要な物)、筆記用具

申込▶ 電話か申込
フォームから申込み



▲申込フォーム

ママとパパの教室
「妊娠期」(要申込)

▶ 問合せ ども家庭センター
(Tel.23-7621)

沐浴体験、妊婦体験などを行います。

日時▶ 11月11日(水)

9:30～11:00

場所▶ 新城保健センター

対象▶ 市内在住の妊婦とその家族

持ち物▶ 母子健康手帳、水分、室内シューズ

申込▶ 電話か申込
フォームから申込み



▲申込フォーム