「稲美町ヘルスの会」会員養成講座

『健康のための栄養教室』受講生募集

「稲美町ヘルスの会」とは、健康レシピの考案や親子料理教室の開催など、『食』から広がる健康生活を町内外に発信するため活動しているボランティア団体です。

自分や家族はもちろん、地域の健康の源である『食』を楽しく学び、教室終了後はボランティアとして一緒に活動しませんか？

◆と　き　9：30～12：00
（調理実習のときは13：30まで）
◆ところ　いきがい創造センターほか
◆対　象　教室終了後は「ヘルスの会」において、ボランティア活動ができる人
◆定　員　20人（先着順）
◆参加費　4,500円（テキスト代等）
◆申込開始　5月15日（水）まで電話で受付
◆問合先　健康福祉課健康推進係
☎492-9138

回	と　き	内　容
1	5月28日(火)	開講式／講話（栄養の基礎等）
2	6月4日(火)	調理実習（3つの器を揃えてバランス食）
3	6月25日(火)	講話（食中毒）／ダンボールコンポスト作り
4	7月9日(火)	講話（生活習慣病・食生活の現状について）
5	7月23日(火)	調理実習（やっぱりメタボを防ぎたい！）
6	8月6日(火)	誰でもかんたん！運動・体チェック等
7	8月27日(火)	講話（地域の食育活動等）
8	9月10日(火)	調理実習（野菜の良さを見直そう）
9	9月24日(火)	調理実習（ピンピンコロリの食事学）
10	10月3日(木)	いきいき広場でランチ作り
11	10月15日(火)	施設実習（手作り体験・施設見学等）
12	10月22日(火)	修了式／交流会

＊日程・内容等は変更することがあります。

BCG予防接種

BCG（結核）予防接種の接種期間が変わりました。

変更前　生後6カ月未満
変更後　生後1年未満
＊標準的な接種期間は生後5カ月～8カ月の間です。

日本脳炎予防接種

平成17年から日本脳炎の接種を差し控えたことにより、接種の機会を逃した方への接種時期が緩和・延長されていますが、さらに特例対象者が追加されます。

〈特例対象者〉
変更前　平成7年6月1日から平成19年4月1日生まれ
変更後　平成7年4月2日から平成19年4月1日生まれ
※特例対象者は20歳の誕生日の前々日まで接種できます。

問合先　健康福祉課健康推進係
☎492-9138

稲美町健康づくり推進協議会の委員を募集します

健康づくり推進協議会では、地域の実情に応じた健康づくりを推進するため、稲美町における保健事業の実施計画を審議・企画しています。

この協議会に参加していただける人を募集します。

募集人数　2人
任　期　2年間（平成25年6月1日～平成27年5月31日）
募集対象　稲美町にお住まいで、年2回の会議に参加できる人
応募方法　健康福祉課健康推進係に備え付けの申込用紙で申し込んでください。
※申し込み多数の場合は、選考のうえ決定します。
受付締切　5月17日（金）
問合先　健康福祉課健康推進係
☎492-9138

このページのお問い合わせは、健康福祉課健康推進係（☎492-9138）

広告

東播磨でおなじみのケーブルテレビ「BAN-BANテレビ」
BAN-BANテレビのある生活、始めませんか？

ケーブルテレビ　インターネット　電話

3点セットで月額4,965円(税込)から

① 地域情報ならBAN-BANテレビにおまかせ！
② バラエティに富んだ多チャンネル放送！
③ アンテナ不要、チューナー1つでOK！
④ 人気のテレビ大阪もデジタルで再送信！

東播磨の情報満載でFM86.9MHzで好評放送中！
～ BAN-BANテレビがはじめたFM放送 ～
BAN-BANラジオ FM86.9MHz

詳しいコース内容・金額はお問い合わせください。
地域をつなぎ、未来を拓く
BAN-BANネットワークス
（開局15周年を契機に「BAN-BANテレビ」は社名を変更しました。）
〒675-0039　加古川市加古川町粟津26-2
http://www.banban.jp
FreeDial ミヨウ イッショニ 0120-34-1442
携帯から ▶ 079-420-2527

●5月の保健行事●

行事名	対象者	とき	ところ	もってくるもの
4カ月児健診	平成25年1月生まれの乳児	14日(火)	総合福祉会館	母子健康手帳・問診票
10カ月児健診	平成24年7月生まれの乳児	21日(火)	13:00～14:00(受付)	
1歳6カ月児健診	平成23年9・10月生まれの幼児	31日(金)		

健康福祉事務所だより

①こころのケア相談　13・20・27日(月) 13:00～14:00
②酒害相談　13日(月) 13:00～14:00
③若者の心と体の相談　13日(月) 13:00～15:00
④歯の健康づくりステップアップ　20日(月) 13:30～15:00
⑤専門栄養相談　15日(水) 9:30～11:30
⑥エイズ・肝炎ウイルス検査相談（匿名・無料実施）　8・22日(水) 9:10～10:20

場所・問合先：加古川健康福祉事務所
電話予約制　①～④は地域保健課（☎422-0003）　⑤～⑥は健康管理課（☎422-0002）

健診を受けましょう！

	日時と場所	検査項目	申込先
センター健診 （対象者：18歳以上） ※申し込みは5月7日（火）～	**とき**　5月29日（水）、31日（金） 6月7日（金）、10日（月）、13日（木）、19日（水）、22日（土）、27日（木） **ところ**　加古川総合保健センター	特定健診・肺（結核）・胃・大腸・子宮・乳がん・骨粗しょう症・肝炎検診	加古川総合保健センター ☎429−2923
子宮がん個別検診 （対象者：18歳以上） （2年に1度）	平成26年2月28日（金）まで **ところ**　稲美町・加古川市内の協力医療機関	子宮頸部がん （体部がんは医師が必要と認めた人のみ）	
歯周疾患個別検診 （対象者：40・50・60・70歳の人）	平成26年2月28日（金）まで **ところ**　稲美町・加古川市・播磨町・高砂市内の協力医療機関	対象となる人には、4月に無料受診券を郵送しています	

健診の種類により、対象年齢等が異なりますので、詳しくは保健センターへお問い合わせください。
※生活保護法による被保護世帯、または町民税非課税世帯の人は検診料金が免除されます。印かんをお持ちのうえ健康福祉課へお越しください。

第7回8020歯の健康まつり

とき　6月8日（土）12：30～15：00
ところ　加古川歯科保健センター
内　容　歯科健診、歯科相談、健康測定、お口の健康体操、ブラッシング指導など
◎　満70歳以上の人
＊参加無料（電話予約必要）
問合先　播磨歯科医師会
☎434－5005

第1回　市民健康フォーラム

「知っておきたい！がん予防」

とき　5月18日（土）　14：00～16：00
ところ　加古川総合保健センター　3階大会議室
司　会　織辺（おりべ）　敏也（としや）氏（おりべ内科医院）
講　師　寺尾（しょういち）　秀一（ひでかず）氏（加古川東市民病院　消化器内科）
尹（ゆん）　聖哲（せいてつ）氏
（県立加古川医療センター消化器内科）
＊参加無料（申込不要）・手話通訳有
問合先　加古川医師会
☎421-4301　FAX421-4303

加古川夜間急病センター ☎431-8051（年中無休）	診療時間　内科　21:00～翌朝6:00 小児科　21:00～24:00	※いずれも急患を受け付けますので、不急の人はご遠慮ください。
加古川歯科保健センター ☎431-6060	診療日　日・祝日・年末年始 診療時間　9:00～11:30　13:00～16:00	
東播磨圏域小児救急医療電話相談 ☎078-937-4199	子どもの急な病気やけがなどの相談に看護師らが応じます。 相談時間　20:30～23:30（毎日）	
兵庫県小児救急医療電話相談 ☎078-731-8899 （プッシュ回線　#8000）	相談時間　平日、土曜日　18:00～24:00 日曜日、祝日、年末年始　9:00～24:00	