

保健所だより

年に一度の健康診査を受けましょう!!

健診実施期間中です。まだ受診されていない方は、お誘い合わせのうえお受けください。受診される時に健診のお知らせハガキは必要ありません。健診期間終了間際になると混雑が予想されます。早めに受診してください。なお、医院や病院によっては予約制のところもありますので、事前にご確認ください。



対象	40歳以上(昭和38年4月1日以前生まれ)で、職場で健診を受ける機会が無い方(サラリーマンの主婦など)【子宮がん・乳がん検診は昭和48年4月1日以前の生まれの女性、歯周疾患検診は40歳の方(昭和37年4月2日～昭和38年4月1日生まれの方)、肝炎ウイルス検査は年度中40・45・50・55・60・65・70歳になる方および肝機能異常を指摘された方など】	
期間	11月30日まで	
持参品	健康手帳、健康診査カードまたは岡山ふれあいカード(持っていない方は、事前に保健所または各支所(西大寺を除く)で交付を受けてください)	
場所	医療機関 基本・各がん検診、肝炎ウイルス検査:市内の医療機関(岡大附属病院を除く) 歯周疾患検診:市内の指定歯科医療機関(予約制、電話でご確認ください。)	集団検診 市内各地区を検診車で実施(詳しくは広報紙をご覧ください)
料金	医療機関 基本健康診査…3,000円 肝炎ウイルス検査…600~1,800円 胃がん検診…3,300円 大腸がん検診…1,200円 肺がん検診…900円・1,900円 子宮がん検診…2,000円・3,100円 乳がん検診…800円 歯周疾患検診…1,300円	集団検診 結核・肺がん検診…無料(ただし喀痰検査も受診したら500円) 胃がん検診…900円

今年度70歳以上(昭和8年4月1日以前生まれ)の方、65歳以上70歳未満の方で、老人保健法の医療受給者証(白色)をお持ちの方は無料です。市民税非課税世帯などの方には、事前申請により保健所などで無料券を発行します。各健診(集団検診を含む)は、年1回ずつ受診できます。同じ健診を2回以上受診された場合、実費を全額支払っていただく場合があります。連絡先:岡山市保健所保健課 TEL.086-803-1263

歯科医師による歯の健康講座 ~歯を長もちさせるために~

快適な食生活は、健康でいきがいのある生活の基本となります。そして、お口の中にある歯の本数が、食事をする能力と関係があることがわかっています。市民の皆さんも、毎日歯を長もちさせるために、いろいろな努力をされていることと思いますが、往々にして我流であることが多いようです。ちょっとした努力や秘訣で、一本でも多くの歯を残すことができます。そのちょっとした秘訣を専門家と共に学びましょう。

- 内容… 歯科医師による講話、保健師による講話、歯科衛生士によるブラッシング指導(手軽にできるお口の中の出血量の検査もします)
- 対象… 40歳以上の方およびその家族
- 料金… 無料
- 持参品… 健康手帳、筆記用具、歯ブラシ、手鏡
- 時間… 13:30~15:00

日程	地区・会場	お問い合わせ先
9/13(金)	芳泉地区 南公民館	南保健センター 086-261-7051
10/8(火)	財田地区 神下・乙多見隣保館	東保健センター 086-274-5164
12/5(木)	足守地区 大井会館	北保健センター 086-251-6515



健康で豊かな
生活をめざす
愛育活動の情報誌

VOL. 13
2002.6

愛育委員会は 子育てを応援 しています

母と子の健康を
願う気持ちから
愛育活動は
始まりました。

なぜ子育て支援を?

戦後、乳幼児の死亡率が高かったので、「赤ちゃんは母乳で育てましょう」と地域へ声かけ訪問をしたり、育児相談、乳児検診、予防接種に協力したのが始まりです。

その成果は?

母乳育児や検診をすすめてきたことで、昭和52年から3年間、乳児・新生児・周産期死亡率が、全国で一番低くなりました。



母子クラブ(現在のおやこクラブ)の様子(昭和37年)

現在の活動は?

乳幼児だけでなく、母親を含めた活動へと広がり、育児相談の協力やおやこクラブとの交流を続けながら、若いお母さん方の良き相談相手になれるよう努力しています。

これからも?

育児に悩んだり、家にこもりがちなお母さんに対しても、声かけを続けていきたいと思います。



現在の育児相談

あいと〜く

- ♥今回より、*ai* のロゴマークが、変わりました。愛育委員会の情報誌であることをよりアピールするためです。
- ♥これからも地域の愛育活動を中心に、少しでも多くの情報を提供していけたらと思います。

地域ぐるみで子育て支援

上道地区(浮田・平島・御休・角山・城東台)

上道地区内で声をかけあおう、あいさつをしようと老人クラブ、おやこクラブ、愛育委員の三者交流を平成7年より始めました。

老人クラブの方から、どんぐりを使ったコマや、やじろべー、またお手玉の作り方を教わったり、あやとり、おり紙、ビーズ遊びをしました。「今回は、昔の遊びを楽しむことで既製のおもちゃに慣れた子ども達に創造力を導いてくれるよい機会になった」とおやこクラブの会長さんの声。愛育委員として今後も地域ぐるみで子育てを応援していきたいと思っています。



子ども達も大喜び



親子そろって昔遊び

広げよう!友達づくりの輪

吉備地区

吉備地区では、愛育委員と杉の子会(おやこクラブ)との交流会を身近な所でしようと、地区内を7ヶ所に分けて、行っています。

昔遊びの手遊び・あやとり・おり紙・ボール遊び……。いろいろな遊びをしながら友達づくりの輪を広げています。また、子育ての心配や不安を、一緒に話し合っています。愛育委員は地域のお母さん達の仲間づくりや子育てのお手伝いできればよいと思っています。もっとたくさんの親子の皆さんに参加していただき楽しい会にしたいですね。



岡山市愛育委員協議会は地域の皆さんの健康を願っています



会場は大盛況

育児相談はお母さん達の交流の場

岡輝地区(岡南・清輝)

岡輝地区では、八角園舎で育児相談が月一回開かれています。愛育委員は、岡南・清輝より2人ずつ協力しています。育児相談は、保健師さんのアドバイスを受けたり、身体測定を行っています。また、お母さん同士のコミュニケーションの場にもなっています。



お母さん同士で情報交換

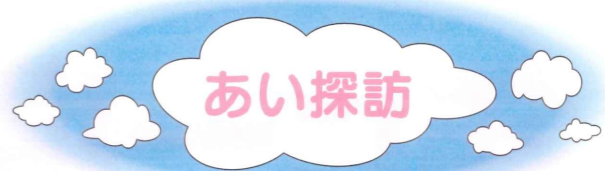
お母さんA

「はじめて参加してみて、お友達ができ、保健師さんの親切なアドバイスを受けて、大変うれしかった。安心して育児ができます。」



愛育委員

「もっと多くの方に参加していただき、お母さん同士の友達づくりの輪を広げてほしいと思います。」



あい探訪

山南地区(太伯・幸島・大宮・朝日)

エイズについての研修に参加し、ベビーキルトを一枚でも多く作って可愛い赤ちゃんを包んであげたいと、皆の思いがまとまりキルト作りを始めました。できあがったキルトは皆の心が一つとなって、喜びも大きな輪となり、キルト作りに取り組んで良かったと思います。エイズに対する差別や偏見がなくなることを願い、これからも続けていきたいと思っています。



キルトを作成しているところ

上南地区(光政・津田・九幡・金田)

上南地区愛育委員会は元気の出る会を応援しています。元気の出る会では近くの公園を散歩したり、公民館で食事をして楽しいひとときを過ごしています。4月には念願だった手すりが公民館に出来上がり、完成式には愛育委員が手作りの鈴割りを作り、皆で祝いました。今後もこの元気の出る会に地域の皆様の関心が高まることを願っています。



手すりの完成式の様子