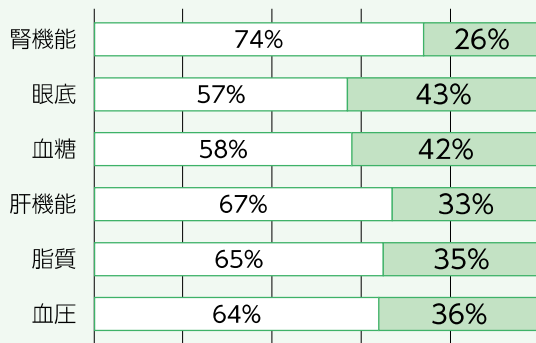


「紹介状」放置していませんか？

昨年度の健診結果、要精密検査・要再検査だった方、医療機関の受診はお済みですか？

令和2年度特定健診精密検査受診状況



□ 受診率 ■ 未受診率

3 - 4割の方が未受診です。未受診の方は、今年度の健診を受ける前に、まずは紹介状を持って医療機関を受診しましょう。

※4月時点

6月8日から総合健診が始まります

当日申込は受け付けません。申し込みがお済みでない方は、事前に役場子育て健康支援課健康推進班(1階6番窓口)までお申し込みください。

【健診当日に持ってくる物】

39歳以下の方	健診セット、自己負担金
40歳以上の方	医療保険証、 保険者が発行した受診券、 健診セット、自己負担金

※詳しくは、4月に全戸に郵送した「総合健診申込書」の同封書類をご確認ください。

健診日程：メルサンホール 8日(火)、18日(金)
森自治会館 10日(木)、21日(月)
日出生小学校 30日(水)
玖珠自治会館 7月2日(金)

受付時間：午前8時30分～10時

※受診時のお願い※

受診当日の朝、ご自宅で体温測定し体調確認をしてください。体調の悪い方は受診をお控えください。会場ではマスク着用をお願いします。

6月は食育月間

○朝ごはんを食べる

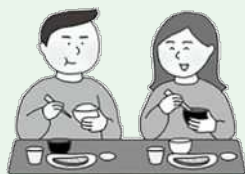
・中学生・高校生の「毎日朝ご飯を食べる人」の割合は80%台と低いです。【童話の里“くす”健康21計画(Ⅲ)より】

人は寝ている間にもエネルギーを消費しています。エネルギー補給として朝ご飯はとても大事です。また朝ご飯は、痩せやすい身体になる、集中力がUPする効果があります。

○共食するとこないいいこと

共食とは「誰かと一緒に食事をする事」です。共食する事で朝の疲労感の軽減や、身体や心の健康状態が良いことが分かっています。

【農林水産省
「食育に役立つ
エビデンス」より】



5月31日～6月6日は禁煙週間

6月の健康カレンダー

○乳幼児健診・健康相談

場所 くすまちメルサンホール



4か月児健診 R3.2月生まれ	25日(金)
7か月児健診 R2.11月生まれ	25日(金)
11・12か月児健康相談 R2.5、6月生まれ	2日(水)
1歳6か月児健診 R1.11、12月生まれ	23日(水)
3歳児健診 H29.11、12月生まれ	16日(水)

※受付時間は通知をご確認ください。

○母子手帳交付

11日(金)、24日(木)、7月9日(金)
時間 午前9時～午後4時
場所 玖珠町役場1階6番窓口

