

保健だより

保健相談センターへ

お越しく下さい

今月のげんきちゃん



かのん
花本 和音ちゃん (H24.9.21 生) と
お母さんの恵美さん (東本町)

催し物名	と き		対 象	問い合わせ先
妊産婦・乳幼児 健康相談	6月11日(火)	9:30～12:00 (受付9:30～10:30)	妊産婦・ 乳幼児と 保護者	子育て健康推進課 ☎47-1042 ※母子健康手帳を持参
離乳食講習会	6月11日(火)	10:00～11:00	5カ月～ 8カ月児 と保護者	子育て健康推進課 ☎47-1042 ※母子健康手帳を持参
	7月9日(火)		9カ月～ 1歳6カ月児 と保護者	
カウンセリング	6月26日(水)	14:00～16:00	市 民	子育て健康推進課 ☎47-1043 ※予約制

6カ月児健康診査

- ▶ 6月26日(水) 12:45、13:15
平成24年11月生まれの乳児
- ▶ 7月24日(水) 12:45、13:15
平成24年12月生まれの乳児

1歳6カ月児健康診査

- ▶ 6月13日(木) 12:50、13:15、13:40
平成23年11月生まれの幼児
- ▶ 7月11日(木) 12:50、13:15、13:40
平成23年12月生まれの幼児

3歳児健康診査

- ▶ 6月27日(木) 12:50、13:15、13:40
平成22年5月生まれの幼児
- ▶ 7月25日(木) 12:50、13:15、13:40
平成22年6月生まれの幼児

保健師の

ちょっと一言



禁煙、はじめてみませんか？

5月31日から6月6日は「禁煙週間」です。毎年5月31日の「世界禁煙デー」は、たばこを吸わない習慣を社会に広めることを目的として、世界保健機関(WHO)が昭和63年に設けました。

<たばこ関連の病気>

喫煙で、がんや心臓病、脳卒中、歯周疾患、胃潰瘍、十二指腸潰瘍などが発症しやすくなります。特

に最近では、慢性気管支炎や肺気腫等の慢性閉そく性肺疾患との関連が指摘されています。また、妊婦の喫煙は低体重児や早産、受動喫煙は胎児や乳幼児に乳幼児突然死症候群の危険因子になりうるとの報告があります。

<たばこをやめたいと思っている人へアドバイス>

●禁煙はいつ始めても遅くありません

禁煙する年齢が若いほど禁煙の効果は大きくなりますが、何歳で禁煙してもリスクは下がります。

●喫煙習慣は「ニコチン依存症」

ニコチン製剤などを使うと、楽に禁煙が始められます。医療機関(禁煙指導医)にご相談ください。

▶問い合わせ先

子育て健康推進課 (☎47-1043)