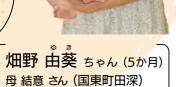


最近よく笑うように なった由葵ちゃん。 笑顔いっぱいで元気な 女の子に育ってね。



出張ハローワーク臨時窓口開催!

児童扶養手当の現況届の際にぜひお越しください。

日時:8月9日例

午前11時~午後2時

場所:国東市役所



- ・現況届に必要な求職活動の証明対応
- 求人情報提供、就職活動の不安相談
- ・履歴書、職務経歴書の作成支援 など

すくすく育て! くにさきっ子

CHILDCARA

子育てカレンダー

☆ にこにこ子育て広場 ※要予約

子育ての相談や、保護者同士の交流ができる場です。

8/7 例 午前10時 国東保健センター 日時・場所 8/9 例 午前10時 武蔵保健福祉センター 8/31休 午前10時 安岐保健センター

☆ 離乳食教室 ※2日前までに要予約

離乳食のすすめ方、作り方が学べる教室です。

日時・場所 8/25 金 午前10時 武蔵保健福祉センター

☆プレママ・プレパパ教室 ※要予約

妊娠・出産・産後の生活や育児について学べます。 助産師に相談もできます。

日時 9/8 金 午前10時 場所 国東保健センター

🔠 医療保健課 📞 73-2525

国見総合支所 482-1112

安岐総合支所 67-1111

週2回はデイサービスに通い、脳トレを したり歌を歌ったりしています。私は 「多くの人とお話をすることと毎日 日記を書くこと | を心掛けていま す。日記には、3食食べたものなど を書いています。

三重野 美代子 さん(91) 国見町竹田津



この機会にがん検診を受けて、豪華賞品があたるキャンペーンに応募してみませんか。

いつまでも地域でさかしく暮らそう

HEALTH



元気アップ吉木(国東町吉木区

県のがん検診キャンペーン実施中

生涯でがんにかかるのは2人に1人、身近な病気です。早期発見・早期治療で80%以上が治癒できます。がん検診は 住民健診会場で受けることができます。(※予約必要)

- ●対象 県内在住の20歳以上の方
- 対象の検診 胃がん、肺がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がん
- 対象受診期間 令和6年1月31日(水)まで
- 対応募受付期間 令和6年2月7日(水)まで
- 問 医療保健課 保健推進係 ₹73-2450

• 応募方法

2人1組の応募で、リーフレットのはがき郵送または 特設サイトから応募できます。

> 住民健診は WEB予約で

24時間受付中

詳細については県のホームページを ご確認ください。



子育で Information したまり

油断しないで!熱中症

子どもの身体は大人と比べて体温 調節が苦手です。また、「暑い」と上手 に伝えることも苦手です。周囲の大 人がしっかり見守り、休憩や水分補 給の促しが大切です。



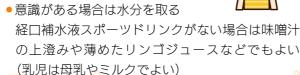
子どもの熱中症を防ぐポイント

- •いつもと汗のかき方が違わないかなど、よく観察をする
- 適度な飲水ができるように声かけをする

- 日頃から適度の外遊びをし、身体を暑さに慣れさせる
- 通気性のよい涼しい服装を選ぶ

おかしいな、と思ったら…

- 涼しい場所に移動して体を冷やす
- ●服を脱がせたり、濡らしたタオル などでわきの下・首・太ももの つけ根あたりを冷やしたりする



医療保健課(国東市子育で世代包括支援センター)





くにさき子育て 「ひなたぼっこ」





健康診査のご予約・受診はお済みですか

住民健診後期日程(9・10月)の電話予約・WEB 予約を受付中です。

国民健康保険加入者の節目年齢、40歳、45歳、50歳、55歳に当てはまる方は、人間 ドックや住民健診のがん検診の自己負担が無料です。特定健診と一緒にがん検診も 受診しましょう!また、令和5年度より60歳、65歳の方も人間ドックの自己負担が無料 になりました。(※年齢はR5年3月末時点)

対象者の方には個別で通知しています。いずれの健診も予約が必要です。年に1回健 診を受けましょう。

今月の体成分分析器測定週間 ~自分のからだを知ろう週間~ 8月14日月~18日金 (場所:本庁市民健康課 料金:無料)







17 市報くにさき 2023.8 2023.8 市報くにさき 16