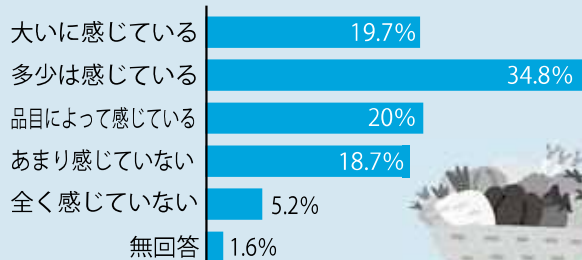


東日本大震災の影響に配慮した健康づくり

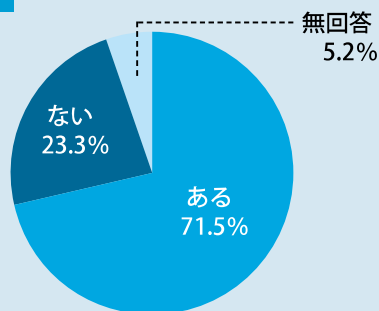
今後も住み慣れた地域で安心して生活ができるよう、さまざまな健康への不安に配慮し、解消に向けた健康増進の取り組みが重要です。

▼平成 26 年 7 月に実施したアンケートの結果

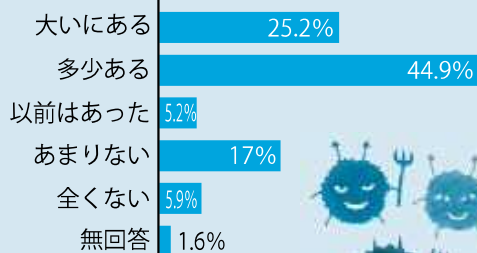
食品の安全性に不安を感じるか



放射能への不安



最近、悩みやストレスがあるか



食品に関しては、7 割以上の方が不安を感じています。放射能への不安も 7 割以上の方が持っています。不満、悩み、ストレスについても約 7 割の方が持っています。

町は、平成 36 年までの 10 年間で、食品の安全性に不安を感じている人（おおいに感じている、多少感じている）の割合を 54.5% から 40% 以下に、放射能への不安を 71.5% から 50% 以下になることを目標にしています。

町民の行動目標

震災の影響について学び、将来にわたる健康増進に取り組みましょう。

乳幼児期

- 食の安全に関心を持ち、情報を得るようにします。
- 内部被ばく検査・外部被ばく検査を行うなど、放射線に関する健康管理対策に取り組みます。
- 学校等で震災の影響について学び、知識と理解を深めます。
- 定期的に健康診査等を受診します。
- 健康へ不安を感じたら、相談窓口や機関へ相談するようにします。

高齢期

- 地域コミュニティでさまざまな情報共有を図ります。

第二次健康かわまた 21 計画

健康だより Vol.112

いきいき、元気、みんなの笑顔
輝くまち「かわまた」

※ 第二次健康かわまた 21 計画の中では、各分野ごとに、具体的な数値目標をあげています。

ちびっこカレンダー

会場は保健センターです。相談・健診の際は「母子健康手帳」をお持ちください。

日・曜	事業名	受付時間	対象（乳幼児）	内 容
7 (木)	遊びの教室とすくすく育児相談	9:30～11:30	乳幼児と家族 どの月齢でも結構です	子どもの自由遊び、身体測定・育児相談
8 (金)	2 歳児歯科健診	13:15～14:00	25 年 11 月～ 26 年 1 月生まれ	身体測定・歯科健診・保健指導・栄養指導・歯みがき指導・フッ化物塗布等（保護者の歯科健診も行います）
19 (水)	3～4 か月児健診	13:15～14:00	27 年 8 月 18 日～ 10 月 19 日生まれ	身体測定・内科健診・保健指導・ブックスタート等
	9～10 か月児健診	13:15～14:00	27 年 2 月 18 日～ 4 月 19 日生まれ	身体測定・内科健診・歯みがき指導・栄養指導・保健指導等
21 (木)	遊びの教室とすくすく育児相談	9:30～11:30	乳幼児と家族 どの月齢でも結構です	子どもの自由遊び、身体測定・育児相談
22 (金)	3 歳児健診	13:15～14:00	24 年 7 月～9 月生まれ	身体測定・内科健診・歯科健診・聴力検査・保健指導・歯みがき指導・栄養指導等



保健センター



☎ 保健センター (TEL565-2279)

健康チェックとさわやか体操教室

- ・日時 1月13日(水) 午前9時～11時45分
- ・対象 川俣町に在住の方
- ・内容 体脂肪測定・身長体重測定・肺活量測定・健康相談など

さわやか体操教室は午前10時～11時15分までです。簡単な体操を音楽や歌にあわせて行います。気分転換にぜひ参加ください。

- ・場所 保健センター
- ・講師 快フィットネス研究所
健康運動指導員 安田涼子先生

※ 次回の健康チェック日は、2月8日(月)です。

健康普及料理教室と各地区健康相談

毎年、川俣町の食生活改善推進員の方に健康料理を考えていただき、保健センターや各地区公民館で料理教室を開催しています。

今年度のテーマは「減塩と野菜あと一皿」です。

・開催予定

地区名	開催日	会場
旧町内 (新中町・鉄炮町方面)	1月25日(月)	保健センター
旧町内 (本町・中丁方面)	2月3日(水)	保健センター
旧町内(赤坂方面)	2月22日(月)	保健センター
鶴 沢	3月22日(火)	鶴沢公民館
小 神	2月19日(金)	小神公民館
福 沢	※12月14日に終了しました。	
小 島	2月10日(水)	小島公民館
秋 山	1月26日(火)	福田公民館
羽 田	1月28日(木)	福田公民館
飯 坂	2月23日(火)	飯坂生活改善センター
小綱木	1月20日(水)	保健センター
大綱木	3月14日(月)	大綱木公民館
山木屋	2月24日(水)	保健センター

- ・時間 午前9時30分～12時30分
- ・会費 300円

※会場の都合で定員を設けておりますので、参加希望の方は地区の保健協力員さんに問い合わせください。

・健康相談

毎年1～3月にかけて各地区集会所等で、保健師による血圧測定や健康講話、健康体操などを

行っています。現在日程を調整しておりますので、地区の保健協力員さんに確認のうえ、ぜひ参加ください。定員はありません。

アルコール問題でお悩みの家族

☎ 県北保健福祉事務所 (TEL 534-4300)

アルコール問題について学んでみましょう。

- ・日時 1月22日(金) (毎月第3金曜日)
午後1時～3時
- ・場所 県北保健福祉事務所
4階中会議室
- ・申込先 県北保健福祉事務所
(TEL 534-4300)



薬物問題でお悩みの家族

☎ 福島県精神保健福祉センター (TEL 535-3556)

家族自身の回復を図るために、家族教室で学びましょう。

- ・日時 1月21日(木) (毎月第3木曜日)
午後1時30分～3時30分
- ・場所 福島県精神保健福祉センターデイケア室
- ・申込先 福島県精神保健福祉センター
(TEL 535-3556)

羽山の森美術館

入場無料

「こども美術展」

川俣町の子どもたち(幼児・児童生徒)の作品を、この機会にぜひご覧ください！

12月2日(水)から

1月31日(日)まで開催！

午前10時～午後4時 TEL566-3367

月曜日休館(祝日の場合は翌日)

子どもとみんなの広場

1/28(木)

1月の催しもの

「お面作り」

場所と時間：鶴沢公民館 和室 午前10時20分～11時20分
参加料：無料 申し込み：参加申し込みは不要ですので、お気軽に参加ください。

「広場」では、子ども同士で遊んだり、お母さんが育児について話し合ったり、楽しく過ごしています。子育ての悩みごとなど、いつでも子育てアドバイザーに気軽に相談できます。

- ・開催日時 月・木・土曜日：午前8時30分～午後1時30分
- ・開催場所 鶴沢公民館 和室

☎ こども教育課 子育て支援係 (内線 2004)

※1月2日(土)は、広場をお休みします。