

特定健診《個別健診》のお知らせ

特定健診の申し込みをまだしていない方で、個別健診（医療機関での受診）を希望される方は保健センターチアフルつきへ電話でお申し込みください。

生活習慣病などで医療機関にかかっている方も特定健診が受けられます。かかりつけの医師に御相談ください。

実施期間	平成25年7月1日～12月末日
対象	国保に加入している40歳～74歳の方（25年度末年齢） *75歳になる方は誕生日の前日まで受診可
検査項目	身長、体重、腹囲、BMI、血圧、脂質（中性脂肪・HDL-C・LDL-C）、肝機能（GOT・GPT・γ-GTP）、糖代謝（血糖・GHb-A1c）、尿（尿糖・尿蛋白・尿潜血）、腎臓（クレアチニン・GFR）、尿酸 *貧血検査と心電図検査は医師の判断により必要な場合のみ実施
料金	500円
受診できる医療機関	<p><町内医療機関> あないクリニック、上田医院、うえだ内科クリニック、片山医院 古賀整形外科内科医院、椎田病院、永尾医院、二見医院、宮部病院 宮崎リハビリテーション医院</p> <p><その他></p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 豊前築上医師会成人病検診センター*特定健診と同時にがん検診（肺・大腸・前立腺・子宮・乳）が受診できます。 <input type="checkbox"/> 新行橋病院 <input type="checkbox"/> 豊前築上管内医療機関（保健センターへ、お尋ねください）
申し込みから受診まで	<p>保健センターに電話で申し込む ⇒町から特定健診受診券が郵送で届く ⇒医療機関に予約をする ⇒特定健診受診券・健康手帳・料金を持って医療機関を受診</p>

●特定健診の集団健診を希望する場合は

申し込みハガキまたは役場住民課か保健センターチアフルつきの窓口でお申し込みください 《お早めに！》

がん検診が同時に受けられます

集団健診日	申し込み・締め切り日
9月8日～9月11日	7月1日（月）
12月1日～5日	9月30日（月）

百分を大切に
健診のススメ

こころの健康相談日のお知らせ

こころの悩みや不安など、精神保健福祉士が相談をお受けします。思春期の悩みや、アルコール、薬物に関する相談も受け付けます。あなた自身のことや、ご家族・ご友人など身近な人のことなど、ひとりで悩まず、話してみませんか？

日時： 7月3日（水） 13:00～17:00（要予約）

場所： 保健センター チアフルつき

予約・お問い合わせは住民課 健康増進係（保健センターチアフルつき）までお願いします。

保健だより

●住民課 健康増進係
保健センターチアフルつき

☎(52)0001 (支所・内線710)

チアフル健康相談のお知らせ

7月8日(月) 10:00~11:00、保健センターチアフルつきで健康相談を行います。

血圧測定、検尿などの健康チェック並びに保健師が健康に関する相談に応じます。利用を希望される方は当日会場にお越し下さい。健康手帳をお持ちの方は、ご持参ください。

豊築休日急患センターからのお知らせ

毎月2回、休日急患センターに九州歯科大学の口腔外科医(口腔がん専門医)が来ます。

6月の来所日: 2日(日)、16日(日)

お口の中に異常のある方、心配がある方は来所ください。

問い合わせ 豊築休日急患センター

0979(82)8820

食生活改善推進会

おすすめの簡単料理紹介

材料(4人分)

新玉ねぎ・・・2個
豚こま切れ肉・・・200g
コーン・・・適量
卵・・・2個
(A) 酒・みりん・・・各大さじ2
めんつゆ(2倍濃縮)・・・大さじ3~4
砂糖・・・大さじ3~4
サラダ油・・・大さじ1~2
かつお節・・・適量

作り方

- ①玉ねぎはくし切りにする。卵はわりほぐしておく。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、卵を半熟のスクランブルエッグにし、一旦皿に取り出す。
- ③同じフライパンで玉ねぎと豚肉を炒め、肉の色が変わってきたらコーンと(A)を入れて調味し、②の卵を戻してざっと混ぜ合わせて火を止める。
- ④器に盛って、かつお節を散らす。

新玉ねぎチャンプル

〈上城井・下城井校区推進員お勧めレシピ〉



児童館からのお知らせ

<わくわくチャレンジ教室>

○「ありがとうプレゼント作り」

・フラワーアレンジメント教室

日時 6月15日(土) 10:00~

材料費 500円

持参するもの はさみ、作品を入れる袋

申込締切 6月12日(水)

申込締切 6月7日(金)

※要予約(定員10組)

○歯のおはなし

日時 6月27日(木) 10:30~11:30

場所 築城福祉センター

講師 井関直美氏(歯科衛生士)

対象者 未就学児親子

※お子さんが使っている歯ブラシを持参してください。

※要予約

<子育て支援センター>

○親子陶芸教室

日時 6月15日(土) 10:00~12:00

場所 船迫窯跡公園

対象者 未就学児親子

材料費 500円

現在、学童保育指導員(臨時職員)、夏季学童保育指導員(アルバイト)を募集しています。詳しくは児童館まで問い合わせください。

申込・問い合わせ 児童館 (57)4300