

さわやか健康センターだより

さわやか健康センター
 子ども家庭支援センター共通
TEL 5-1856 FAX 5-1857
 メールアドレス
 さわやか健康センター kenkou@nijijima.com
 子ども家庭支援センター kodomo@nijijima.com

育児学級 簡単ヨガ

親子での遊び、簡単ヨガの後に、臨床心理士による育児に関する講座も行います。事前申し込みは不要です。当日動きやすい服装でお越し下さい。

【とき】 6月20日(水) 10時～11時
 【場所】 さわやか健康センター
 ▼式根島地区
 【とき】 6月19日(火)
 9時30分～10時30分
 【場所】 式根島開発総合センター
 (10分前から受付を行います。)
 【対象者】 保育園入園前の子さんとその保護者
 【講師】 臨床心理士 谷田征子先生 (お茶の水女子大学)

人間発達教育科学部研究所
 研究協力員)

結核・肺がん検診を受診しましょう!(予約不要)

▼新島地区
 【とき】 6月11日(月)～13日(水)
 【時間】 午後1時～3時
 【場所】 本村診療所
 ▼式根島地区
 【とき】 6月25日(月)
 午後1時～3時
 【とき】 6月26日(火)
 午前9時30分～11時30分
 【場所】 式根島診療所
 【内容】 (1)結核検診、胸部レントゲン撮影…無料
 (2)肺がん検診、胸部レントゲン撮影・喀痰検査(希望者のみ) …10000円

★喀痰容器の配布について

検診日に容器をお渡しします。後日、本村地区のみなさんはさわやか健康センター、若郷地区のみなさんは若郷支所へ、式根島地区のみなさんは式根島支所へお持ち下さい。

6月4日から10日は 歯と口の健康週間です

6月4日から10日は歯と口の健康週間です。今年度は「のぼそよ 健康寿命歯みがきで」という標語のもと全国各地で様々なイベントが開催されます。「健康寿命」という言葉は

ご存知でしょうか。健康寿命とは、健康上問題がない状態で日常生活が送れる期間のことです。平均寿命と健康寿命の間には、男性で約9年、女性で約13年の差があります。歯周病やむし歯で歯が失われると、やわらかい物、すなわちお米やパン、うどんなどの炭水化物の摂取量が増え、逆に歯ごたえのあるもの、すなわちお肉などのたんぱく質の摂取量が減少します。たんぱく質は筋肉の元となる栄養素です。つまりたんぱく質の摂取量が減ることにより、筋肉量が減少し、足腰が弱ってしまう可能性があります。

このように歯の喪失により、お口の機能が低下し、身体の衰えにつながることを「オーラルフレイル(口腔虚弱)」といいます。歯の喪失は、習慣的に正しい方法で歯みがきを行うこと、また定期的メインテナンスを受けることで防ぐことができます。この週間を機に、お口の健康について考えてみてはいかがでしょうか。

国民健康保険本村診療所
 歯科医師 柴崎 翔

もんもクラブ援助会員 講習会 (予約不要)

もんもクラブのお手伝い

ができる方を募集しています。また、実習だけの参加もできます。

【とき】 6月22日(金)
 【受付】 午後1時～
 【場所】 式根島開発総合センター
 【内容】 ・実習…「子どもの救急法と事故予防」1時30分～2時30分
 ・交流…「子どもを預かった経験のある援助会員を囲んで」2時45分～3時30分

援助の内容は主に短時間の子ども預かりで、登録には講習会の受講が必要です。説明や会員登録は随時行っています。なお、今後新島での講習も予定しています。お気軽にお問い合わせください。

【問い合わせ】

新島村子ども家庭支援センター 新島もんもクラブ事務局 担当 堀

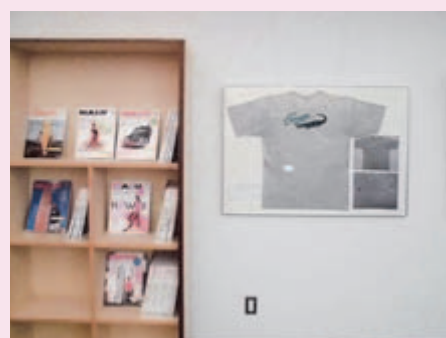
おめでとう

雄大くん

平成29年11月27日生



田代 仁さん・恵里さん
 (本村・山側の七郎兵衛)



本村の富田昇氏・桂介氏(民宿富八)からサーフィン資料として、All Japan Surfing Championship '90のTシャツ(大会開始時から同一デザインだった時のもの※現在はブロック状にスポンサーロゴが配置)とサーフィン雑誌を寄贈していただきました。博物館2階サーフィンコーナーにて展示しておりますので、皆様ぜひご来館ください。



ねこのおどりば

新島村博物館だより
 TEL 5-7070 (直通)