

# さわやか健康センターだより

申し込み・問い合わせ  
 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

## フライデーナイトウォーキング

○6月の実施予定

7日、14日、21日、28日の  
毎週金曜日、午後8時～

○集合場所 夕日の丘

※集合場所が変更になる場合  
もありますので放送をお聞き  
下さい。

※雨天中止。歩行中の不測の  
事故などについては、各自で  
十分に注意を払って下さい。

【生活の中に運動を取り入れよ  
う！分科会】

### 育児学級

## 「おとなと子どもの簡単ヨガ」

子育てをしているパパやママ、おばあちゃんやおじいちゃん、お子さんと一緒に、またはお子さんと少しの間、離れ

てヨガを楽しみませんか。  
事前申込みは不要です。当日は動きやすい服装でお越し下さい。

### ▼【新島地区】

とき 6月27日(木)

午前9時20分～10時半  
場所 さわやか健康センター

### ▼【式根島地区】

とき 6月20日(木)

午前9時20分～10時半  
場所 式根島支所2階

対象者 0～3歳までのお子さん  
とその保護者

持ち物 母子手帳、オムツ、飲み物、タオル等は各自ご用意ください。

### ■育児学級ボランティア募集

育児学級では、新島、式根島それぞれ1年間に約3～4回の1回2時間程度、ボランティアの方々にお手伝いをして頂いています。詳しい日程はその都度ご連絡させて頂きます。内容は、子どもと一緒に遊ぶことや会場準備等です。資格や年齢等は問いません。興味がある方は、お問い合わせください。

### 【問い合わせ】

さわやか健康センター

## 予約不要 結核と肺がん検診

次の日程で結核と肺がん検診を行います。

### ▼【新島地区】

とき 6月10日(月)～12日(水)

午後1時～午後3時  
場所 本村診療所

### ▼【式根島地区】

とき① 6月17日(月)

午後1時～午後3時  
とき② 6月18日(火)

午前10時～11時半  
午後1時～午後3時  
場所 式根島診療所

### 内容

●胸部レントゲン撮影(無料)

●喀痰検査(希望者のみ料金千円)

※喀痰容器配布について、式根島地区・本村地区の皆さんには、検診日に容器を配布します。後日、本村地区はさわやか健康センター、式根島地区は式根島支所へお持ち下さい。若郷地区の皆さんには、事前に若郷支所で配布しますので、取りに来て下さい。  
検診日の5日前から3日間です。

### 【問い合わせ】

さわやか健康センター

## 子宮頸がん予防ワクチン のお知らせ

### ■子宮頸がんについて

子宮頸がんは、ウイルスの感染が原因で起こります。ウイルスに感染しないようにワクチンを接種することで予防することができます。

### ■予防接種の日程について

本年度より定期予防接種となりました。子宮頸がん予防ワクチンは、1年以内に3回の接種を終了することが望ましいとされています。

### ▼【新島地区】

1回目 7月17日(水)

2回目 9月18日(水)

3回目 1月22日(水)

予約締切 7月12日(金)

### ▼【式根島地区】

1回目 7月4日(木)

2回目 9月5日(木)

3回目 1月9日(木)

予約締切 6月28日(金)

### ■標準接種対象者

中学1年生の女子

※対象者には個別にご連絡してありますが、ご予約は各自で行ってください。

※ご予約、場所、受付時間等は定期予防接種と同様です。

### 【問い合わせ・予約】

さわやか健康センター

## 定期予防接種☆要予約

### ▼新島地区

とき 6月5日(水)19日(水)

7月3日(水)17日(水)

午後3時半～4時半

場所 本村診療所

### ▼式根島地区

とき 6月6日(木)20日(木)

7月4日(木)18日(木)

午後3時～3時半

場所 式根島診療所

### 持ち物

母子健康手帳、予約票

### ▼全地区の共通ルール

予約締切日

新島地区、式根島地区共に、

接種日の前週の金曜日までと

なります。締切日にご注意ください。

### 問い合わせ・予約

さわやか健康センター

☎(5)1856

### ▼お願い

○接種日の受付時間は厳守してください。

○予防接種の後は、体調に変化がおきることがあります。

診療所の中で30分ほど休んで

ください。

さわやか健康センター