

# さわやか健康センターだより

申し込み・問い合わせ・予約  
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

12月の実施予定

6日、13日、20日の

金曜日、午後8時から

(12月27日、1月3日はお休み)

## 【集場所】

さわやか健康センター

※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】

## 新島もんもクラブ

『もんもクラブ講習会のご案内』

【とき】 12月17日(火)

午後1時30分～2時30分

【場所】 さわやか健康センター

【内容】 乳幼児の救急法

【講師】 太田あゆ美 保健師

(太田保健師は、アメリカ心臓協会の心肺蘇生法トレーニングの一次救命処置の研修を受講しています。)

【対象者】 新島もんもクラブの会員が対象ですが、会員でなくても参加は自由です。

【その他】 動きやすい服装でお越し下さい。

『もんもクラブ説明会のご案内』

【とき】 12月17日(火)

午後2時45分～3時15分

【場所】 さわやか健康センター

【持ち物】

印鑑(入会を検討している方)

【もんもクラブとは】

子どもを預けたい方(依頼会員)と預かってくださる方(援助会員)が地域の中で子育てを助け合う会員組織です。入会は随時可能です。年会費は無料です。また、事故に備えて保険に加入しますが、加入料は新島もんもクラブが負担します。

## 特定健康診査(特定健診)を受診した方へ

今回、特定健診において基準に該当した方は健診結果に「積極的支援」「動機付け支援」と記されています。この機会に特定保健指導を利用し、生活習慣の改善に努めましょう。

【特定保健指導について】

▼「動機付け支援」と診断を受けた方  
↓「メタボSTOP!教室」を実施します。(1回目・1月中旬)  
▼「積極的支援」と診断を受けた方  
↓動機付け支援に加えて、6ヶ月間継続して支援を行います。  
【特定保健指導の対象となる方】  
・「動機付け支援」「積極的支援」と診断された方に加え、体格指数(BMI)が25以上の方。  
・40歳から74歳の方  
・国民健康保険に加入している方。  
・企業健診を受けた方。  
※企業健診を受けた方には特定保健指導の案内は届きませんが、希望者はさわやか健康センターへお申し込み下さい。

## 【その他】

・服薬などの治療を行っている方は今回の特定保健指導の対象となりません。今後も医療機関にて、よく診て頂いてください。  
・その他の健診結果の相談も受け付けています。

## 育児学級クリスマス会

子育てをしている保護者の皆さん、親子でリフレッシュする時間がありますか。子どもの友達作りや子育ての仲間作りをしてみませんか。事前申込みは不要です。動きやす

い服装でお越し下さい。

## ▼新島地区

【とき】 12月12日(木)

【時間】 午前9時20分～10時30分

【場所】 さわやか健康センター

## ▼式根島地区

【とき】 12月19日(木)

【時間】 午前9時20分～10時30分

【場所】 開発総合センター

【対象者】 0～3歳までのお子さんとその保護者

【持ち物】 母子健康手帳、飲み物、オムツ、タオルなど

## 定期予防接種☆要予約

### ▼新島地区

【とき】 12月4日(水) 18日(水)

1月8日(水) 22日(水)

【時間】 午後3時半～4時半

【場所】 本村診療所

### ▼式根島地区

【とき】 12月5日(木)

1月9日(木)

【時間】 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

## 【予約締切日】

接種日の前週の金曜日まで

【お願い】 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。

## 空家・空地の持ち主の皆さまへ

村では現在、定住施策推進のため新島村内の空家、空地を探しております。

【募集内容】 新島村内 空家・空地

【貸出条件】 要相談

【問い合わせ】

企画調整室 ☎(5)-0240内線204

## お詫び

広報にいじま11月号でご紹介した赤ちゃん、植松 柚之介くんの漢字が間違っておりました。大変申し訳ございませんでした。

【誤】 柚ノ介

【正】 柚之介