

## ●ふれあい健康講座

### くすりのおはなし

～薬と正しく付き合うために～

とき 9月6日(土)

午後1時～2時

ところ 市民病院大会議室

講師 市立大村市民病院薬剤部

渡辺 美和 薬剤士

※どなたでも自由に参加できます。  
直接会場へお越しください。  
手話通訳・要約筆記も行います。

■市立大村市民病院 ☎⑤ 2161



## ●ウォーキングで健康づくりを始めませんか

健康づくり推進員(健康づくりを応援するボランティア)を中心に行っているウォーキング活動です。3～5kmのコースを歩いています。みんなで楽しく健康づくりを始めませんか?

と き	集合場所
6日(土) 8:00	小公園(三角公園) (幸町ダイソー横)
11日(木) 9:00	池田湖公園
25日(木) 10:00	野岳ロザモタ公園駐車場 ※弁当持参
17日(水) 8:30	木場公民館
20日(土) 8:00	小公園(三角公園) (幸町ダイソー横)
21日(日) 7:30	森園公園
28日(日) 9:30	木場公民館

参加費 無料

※日程は変更する場合がありますので、参加希望者は事前にご連絡ください。

## ●個別健康診査医療機関を追加しました

たなか循環器内科

久原2丁目999-15 ☎⑤ 0320

検診内容 健康診査(特定健診・後期高齢者健診)、肺がん検診、大腸がん検診

## ●9月24日～30日は

### 「結核予防週間」です

結核は、県央地域でも、平成18年に90人、平成19年に60人の新規患者が発生しています。

結核は、人から人へうつる感染症です。自分の健康のためだけではなく、家族や周りの人の健康を守るためにも、1年に1回は健康診断を受けましょう。

結核の初期症状はカゼとよく似ています。せきやタンが2週間以上続いたら、早めに医療機関を受診してください。

## 健康づくり推進員を募集します

『健康づくり推進員』とは、あなた自身が運動について学び、その知識・技術を身近な人、地域の人に広めていただくボランティア活動です。

講座終了後は、運動ボランティアとして自分の住む地区で、それぞれ活動していただきます。

まずは講座に参加して、正しい、効果的な運動方法を学んでみませんか?

- 期 間 10月～平成21年3月まで月2回程度(第1・3水曜日が中心)
- 内 容 健康づくりのための運動に関する講話および実技
- 対 象 原則として、全ての講座に参加できる人(都合による欠席は可)
- 開催場所 市コミセンほか ※内容により場所の変更があります。
- 募集人数 40人(先着順)
- 申込方法 電話で国保けんこう課(内線140)にお申し込みください。
- 申込期限 9月30日(火)





# 平成21年度 小学校入学予定児童 就学時健康診断

平成21年度に小学校へ入学予定の児童に対し、健康診断を行います。

対象 平成14年4月2日～

平成15年4月1日生まれの子

検査内容 内科・歯科検診、視力検査、教育相談など

受付 午後1時～

開始時間 午後1時30分

とき	ところ
9月12日(金)	松原小
9月18日(木)	旭が丘小
9月24日(水)	西大村小
9月25日(木)	大村小
10月2日(木)	福重小
10月3日(金)	東大村小
10月7日(火)	三浦小
10月8日(水)	鈴田小
10月10日(金)	三城小
10月15日(水)	萱瀬小
10月16日(木)	竹松小
10月23日(木)	放虎原小
10月29日(水)	富の原小
10月30日(木)	中央小

※旭が丘小学校のみ午後0時30分受付、午後1時30分健診開始  
※事前の連絡により、指定校以外での受診も可能です。

■問い合わせ 学校教育課(内線364)

## みんなの健康

### ～子どもの肥満とメタボリックシンドローム～



岡循環器内科  
副院長 岡浩之先生

わが国では、40歳以上の男性の2人に1人、女性の5人に1人はメタボリックシンドローム(以下メタボ)に該当するそうです。今年4月から、いわゆるメタボ健診が始まり、国民のメタボに対する意識はますます高まりをみせています。

メタボ健診の目的はメタボを診断し、生活習慣の改善を促し、国家プロジェクトとして、メタボの撲滅、さらにはその先にある動脈硬化性疾患(脳卒中、心筋梗塞など)の予防にあります。近年はとくに30～40歳代の子育て世代での動脈硬化性疾患の発症が増加しています。その原因として子どもの頃からの肥満が指摘されています。40年前と比較してみると、肥満児の割合は各年齢とも約3.5倍に増加しており、学童の糖尿病も約3倍に増えています。動脈硬化性疾患は20～30年間、危険因子が積み重なって発症する

と考えられており、次世代を担う子どもたちに、その親の世代と同様の傾向がみられるのです。また、子どもの肥満は、母親の胎内環境や低栄養と連動しており、若い女性の間では、やせ過ぎも原因のひとつと考えられています。

この世代のお父さんとお母さんが正しい食事の知識を持つことは、自身の健康を守ると同時に、未来を担う子どもたちの食育にもなります。

最近の研究では、人の脂肪細胞の数は幼児期から20歳までの間のみ増えるそうです。小児期に肥満を予防することが、メタボ撲滅の第一歩です。実際、小児期の肥満児童は、75%以上が成人後も肥満傾向であり、正常体重であれば、成人後の肥満は10%以下であり、幼児期から中学生ぐらいまでの食育を含めた教育が非常に重要だと思えます。また、小中高の学校体育を競技スポーツ中心ではなく、生涯にわたる運動習慣を身につけるようなカリキュラムを取り入れることも重要かもしれません。

肥満による健康障害は、今後増える一方です。メタボの危険性を正しく理解してもらった上で、予防対策をすすめていく必要があります。

問い合わせ先の記載がないものは、こども政策課(こどもセンター内 ☎⑤9100)にお問い合わせください。

## ●家庭教育講演会

### 「21世紀の能力」

～悪戦苦闘能力を身につけよう～

生きる力を備えた元気な子どもたちを育てるために、今、何をしなければならないかを、長年の教育実践の中から話されます。

とき 9月20日(土)、午後1時30分

ところ 市民会館

講師 大畑誠也氏

(九州ルーテル学院大学客員教授)

※託児あり(事前申込が必要)

■市コミセン ☎⑤43161

## ●子育て支援セミナー

### 「小児救急フォーラム

～救急医療崩壊の危機!～

とき 9月9日(火)、午後7時～

ところ 市コミセン

※託児あり(事前申込が必要)

■子育て支援セミナー事務局(大村市医師会内) ☎⑤40151

## ●子育て支援講演会

### 「全ては思いやりの気持ちから」

～パパの子育て奮闘記～

とき 9月28日(日)

午後1時30分～3時30分

ところ 男女共同参画推進センター(ハートパル)

講師 日高邦博氏(競艇A級選手の妻を持つ専業主夫)

※託児希望者は、9月22日(月)までにお申し込みください。

※手話通訳も行います。

■男女共同参画推進センター(ハートパル) ☎⑤48715



## ●保育所の給食を試食しませんか?

毎月19日の食育の日に、各保育所で給食の試食を行っています。

時間 午前10時30分～正午

対象・定員 親子5組(先着順)

申込方法 毎月10日までに、電話または直接、各保育所にお申し込みください。

費用 1人100円

■竹松保育所 ☎⑤8304

池田保育所 ☎⑤2244

三城保育所 ☎⑤2257

中央保育所 ☎⑤2421

## ●日曜日にふれあい交流室を開放「パパと日曜日」に参加しませんか?

日曜日、どこかに連れて行ってあげたくても、どこに行ったらいいかわからない。そんなパパたちのために日曜日にふれあい交流室を開放します。子どもと一緒に遊びながら、パパたちのおしゃべりも楽しんでみませんか?

とき 9月14日、21日、28日の日曜日  
午前10時～午後3時

ところ ふれあい交流室(こどもセンター2階)

対象 就学前の親子  
※小学校低学年までの兄弟は同伴可

## ●9月の幼稚園開放日

対象 平成14年4月2日～平成16年4月1日生まれの幼稚園などに通園していない幼児

開放時間 午前9時30分～10時30分

とき	ところ
17日(水)	松原幼稚園 ☎⑤8721
19日(金)	福重幼稚園 ☎⑤8741
27日(土)	大村幼稚園 ☎⑤2549
	西大村幼稚園 ☎⑤4502
	竹松幼稚園 ☎⑤8301
	放虎原幼稚園 ☎⑤3564

※27日(土)は、運動会(かけっこ)に参加できます。参加賞もあります。

■教育総務課(内線371)

## ●ポリオ(小児マヒ)ワクチンの投与を行います

開始日 9月9日(火)

注意事項 投与日前4週間以内に生ワクチン(麻しん・風しん、BCGなど)の接種を受けた乳幼児は投与できませんのでご注意ください。

※日程は広報おむら8月号をご覧ください。

### 予防接種実施中!



BCG、三種混合、二種混合、麻しん・風しん、日本脳炎の予防接種は、年間を通じて実施しています。お子さんの体調の良いときに受けてください。

また、今年度から麻しん・風しんの第3期(中学1年相当)・第4期(高校3年相当)も始まっています。対象者は早めに接種しましょう。



※写真はこどもセンターを訪れたお友だちです。



かめざわ みなと  
亀澤 水都くん  
(1歳1か月)

まこ ただかつ  
宍 忠勝くん  
(1歳)

### こどもセンター紹介

○ふれあい交流室…こどもセンター2階に乳幼児と親が自由に遊べる部屋があります。どうぞご利用ください。

[利用時間]月～金曜日(祝日を除く)、午前10時～午後5時

### ○子育てひろば

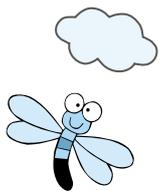
●こどもセンターでは、子育てに関する情報提供・相談なども受け付けています。

●「子育てひろばだより」を毎月発行しています。市内公共施設、病院・歯科医院、大村駅、郵便局に設置していますので、ぜひご覧ください。

●市のホームページでも事業を紹介しています。

※■は問い合わせ

※開催場所・問い合わせを記載していないものは、こどもセンターで行います。

日	月	火	水	木	金	土
<p>※日曜・祝日の在宅当番医は、変更になる場合があります。ご確認のうえお越しください。</p> <p>●診療時間 午前9時～午後6時 ※歯科は正午まで</p> 	<p>1</p> 	<p>2</p> 	<p>3</p> <p>離乳食教室 ①10:00～②11:00～ 郡地区公民館</p> <p>ベビーマッサージ 11:00～、対象0歳児</p> <p>おはなしの会 11:00～、市立図書館</p> <p>出前子育てつどい 申 デイサービスセンター-松原のさと ■北地区子育て支援センター</p>	<p>4</p> <p>1歳6か月児健康診査 受付: 午後1:00～1:20</p> <p>ふれあいリハビリサロン 午後2:00～4:00 ■国保けんこう課</p>	<p>5</p> <p>出前子育てつどい 申 デイサービスセンター-スマイルケア ■北地区子育て支援センター</p>	<p>6</p> <p>ふれあい健康講座 午後1:00～2:00 「くずりのおはなし〜薬と正しく付き合うために〜」 講師 渡辺 美和 薬剤師 ■市立大村市民病院</p>
<p>7</p> <p>寺井医院 [内科・消化器科] 玖島1丁目 ☎ 3574</p> <p>谷口整形外科 [整形外科リハビリテーション科] 諏訪1丁目 ☎ 6677</p> <p>今道歯科医院 本町 ☎ 1822</p>	<p>8</p> <p>ことばと心の相談室 午後1:30～4:00 ・言語聴覚士によることばの相談</p> <p>1歳児のお部屋 10:00～正午</p>	<p>9</p> <p>親子愛あい広場 9:30～11:30</p>	<p>10</p> <p>乳幼児すくすく健康相談 午後1:30～3:00郡地区公民館</p> <p>ベビーマッサージ 11:00～、対象0歳児</p> <p>人形劇の会 申 10:00～</p> <p>出前子育てつどい 申 郡地区公民館 ■北地区子育て支援センター</p>	<p>11</p> <p>1歳6か月児健康診査 受付: 午後1:00～1:20</p> <p>ふれあいリハビリサロン 午後2:00～4:00 ■国保けんこう課</p> <p>出前子育てつどい 申 グループホームめぐみ荘 ■南地区子育て支援センター</p> <p>子育てとなり組 申 古賀島東公民館</p>	<p>12</p> <p>3歳児健康診査 受付: 午後1:00～1:20</p> <p>子育てとなり組 申 竹松本町第一公民館</p>	<p>13</p>
<p>14</p> <p>南野クリニック [内科・消化器科] 乾馬場町 ☎ 2233</p> <p>よしたレディースクリニック [産科・婦人科] 富の原2丁目 ☎ 2227</p> <p>すみ歯科医院 上諏訪町 ☎ 5808</p>	<p>15</p> <p>岡循環器内科 [内科・循環器科] 東三城町 ☎ 3000</p> <p>前川クリニック [外科・消化器科] 植松1丁目 ☎ 6866</p> <p>井上歯科医院 宮小路1丁目 ☎ 7462</p>	<p>16</p> <p>親子愛あい広場 9:30～11:30</p> <p>2歳児のお部屋 10:00～正午</p>	<p>17</p> <p>ママパパ学級 午後1:30～3:30</p> <p>ベビーマッサージ 11:00～、対象0歳児</p> <p>子育てとなり組 申 原口町公民館</p>	<p>18</p> <p>3歳児健康診査 受付: 午後1:00～1:20</p> <p>献血車巡回日 9:40～11:30 市役所前 ■国保けんこう課</p> <p>子育てとなり組 申 杭出津親和会公民館</p>	<p>19</p> <p>ふれあいリハビリサロン 午後2:00～4:00 ■国保けんこう課</p> <p>出前子育てつどい 申 郡地区公民館 ■北地区子育て支援センター</p> <p>子育てとなり組 申 植松3丁目公民館</p>	<p>20</p> <p>耳とことばの相談 午後1:00～3:00 ・医師などによる診察・相談 ・身体障害者手帳および補聴器の申請受付 総合福祉センター ■障害福祉課</p>
<p>21</p> <p>吉田内科クリニック [内科・消化器科] 本町 ☎ 1177</p> <p>下山耳鼻咽喉科医院 [耳鼻咽喉科] 原口町 ☎ 0648</p> <p>とやま歯科医院 富の原1丁目 ☎ 6255</p>	<p>22</p> <p>ことばと心の相談室 午後1:30～4:00 ・言語聴覚士によることばの相談 ・臨床心理士による育児相談</p> <p>3歳児以上のお部屋 10:00～正午</p>	<p>23</p> <p>長崎医院 [内科・小児科] 寿吉町 ☎ 8615</p> <p>みね眼科 [眼科] 東本町 ☎ 3011</p> <p>村上歯科医院 東本町 ☎ 3460</p>	<p>24</p> <p>ベビーマッサージ 11:00～、対象0歳児</p> <p>出前子育てつどい 申 デイサービスセンター-ふる里 ■北地区子育て支援センター</p> <p>誕生日のつどい 11:00～</p>	<p>25</p> <p>3歳児健康診査 受付: 午後1:00～1:20</p> <p>ふれあいリハビリサロン 午後2:00～4:00 ■国保けんこう課</p> <p>子育てとなり組 申 今村公民館</p>	<p>26</p> <p>1歳6か月児健康診査 受付: 午後1:00～1:20</p> <p>出前子育てつどい 申 デイサービス絆 ■西大村地区子育て支援センター グループホームむねの木 ■北地区子育て支援センター</p>	<p>27</p> 
<p>28</p> <p>フジ胃腸科クリニック [胃腸科・内科] 東本町 ☎ 8686</p> <p>計屋眼科医院 [眼科] 乾馬場町 ☎ 6888</p> <p>大石歯科医院 竹松本町 ☎ 8378</p>	<p>29</p> 	<p>30</p> <p>親子愛あい広場 9:30～11:30</p>	<p>●1歳6か月児健康診査(通知済み) …平成18年9月～19年2月生まれ、または2歳未満の幼児が対象</p> <p>●3歳児健康診査(通知済み) …平成16年9月～17年3月に生まれ、または4歳未満の幼児が対象</p> <p>●ふれあいリハビリサロン(初回は電話で申し込み)…40歳以上の人が対象</p> <p>●ことばと心の相談室・親子愛あい広場(初回は電話で申し込み) …ことばの発達に気になるお父さんや、育児でお困りのお母さんが対象</p> <p>●乳幼児すくすく健康相談 …計測、育児・栄養・心理・歯科相談(午後のみ)(予約不要。母子手帳持参) …ここではぐくむ絵本事業で絵本を配布します(対象:1歳児未満)</p> <p>●離乳食教室…離乳食の相談(予約不要。母子手帳持参)初めての人は①にお越しください。</p>			

今月の子育てつどい は「子育てつどい」です。 申は申し込みが必要です。

- 出前子育てつどい…午前10:00～、おじいちゃん・おばあちゃんと遊ぼう。10日(水)と19日(金)は子育ておしゃべりのつどい。
- 子育てとなり組…午前10:00～、みんなでおしゃべり
- 1歳児・2歳児・3歳児のお部屋…ふれあい交流室で自由遊び
- 誕生日のつどい…9月生まれの誕生日を祝おう(誕生日ではない人も参加できます。誕生日の人は事前にこどもセンターへご連絡ください)
- 人形劇の会…先着35組。9月1日(月)9:00～、電話または直接こどもセンターへお申し込みください。

■問い合わせ

○こどもセンター 〒856-0832 本町413-2 ☎ 9100 ☎ 9174

○北地区子育て支援センター(認定子ども園 豊天宮保育園) ☎ 0922 ○南地区子育て支援センター(鈴田保育園) ☎ 49 5388 ○西大村地区子育て支援センター(植松保育園) ☎ 5056