

がん検診のお知らせ

《子宮頸がん検診・乳がん検診》

三豊市・観音寺市の指定医療機関で12月末まで受診できます（無料クーポン券が届いた人は、2月末まで指定医療機関で受診できます）。医療機関の受診票が必要ですので、健康課までお問い合わせください。

《大腸がん検診》

今年度、大腸がん検診を受けていない人を対象に、大腸がん検診を実施します。申し込みがまだの人は、健康課までお問い合わせください。

申し込み期限 12月5日（水）
申し込み・問い合わせ
健康課 ☎73・3014

健康 知って得情報

みんな元気に

健診結果を生かして糖尿病を早期発見！

糖尿病の人の約4割は健診で見つかっています。また、せっかく健診を受けても、再検査が必要な人のうち約3割は「特に症状がないから」「忙しいから」などの理由からすぐには受診していません。受診の遅れは合併症の発症につながります。健診結果を生かして、まず自分の糖尿病のレベルを知りましょう。そして、「要医療」「要精査」の判定の人は早めに受診することをお勧めします。

問い合わせ 健康課 ☎73・3014

12月健活講座

「健康活動をはじめませんか」



気がつくとも邪魔になるこのお腹の脂肪。なかなか取れないこのお腹の脂肪。お腹周りをスッキリさせるため

の運動を体験してみませんか。
対象 おおむね40〜74歳までの人

日程	時間	場所
10日（月）	10時～11時30分	マリノウエーブ
14日（金）	午前11時～	市民交流センター

申し込み・問い合わせ
健康課 ☎73・3014

「がん予防セミナー」開催

日時 12月12日（水）

午後1時30分～4時

場所 西讃保健福祉事務所

対象 就労者

内容

野菜料理試食、肺年齢やスモークライザー測定、ポスター等展示

【講演】

「新がん予防12か条」

講師・西讃保健所長 丸山 保夫 氏

「禁煙の必要性と禁煙方法」

講師・かもだ内科クリニック院長 嶋田 匡史 先生

「どこでも運動、適正体重維持」

講師・健康運動指導師 渡里 美佳 先生

なお、禁煙希望者は禁煙が継続できるよう3カ月間支援をします。

申し込み期限 12月10日（月）

申し込み・問い合わせ

西讃保健福祉事務所 ☎25・3082

平成25年度

放課後児童クラブ入会案内

対象

保護者が就労等により昼間家庭にいないおおむね10歳未満の児童と来春新入学予定の児童



※5・6年生であっても児童の生活環境や発達状況等により受け入れが必要な場合も対象とします。ただし、面接または聞き取り調査を行い、詳しく内容を審査します。

開設日

月～土曜日（祝日、年末年始等を除く。夏・冬・春休みの長期休業中も開設します）

開設時間

平常登校日 放課後～午後6時

土曜日・長期休業日 午前8時～午後6時

※実情に応じて延長保育も実施します。

保護者負担金

市放課後児童クラブ条例の規定による

（平成25年度改正予定あり）

申し込み先

子育て支援課または各支所

申し込み期間

平成25年1月10日（木）～31日（木）

※午前8時30分から午後5時15分までとし、土曜

・日曜・祝日は除きます。
※期間終了後や夏休み前の申請については、ご希望にお応えできない場合がありますので、必ず申し込み期間内に申請してください。
申請書配布場所
各放課後児童クラブ、子育て支援課、各支所、市ホームページ（みとよ子育てネット）こ笑み↓小学生↓平成25年度三豊市放課後児童クラブ入会申請）

入会申請に必要な書類

- ・入会申請書・児童1人につき1枚
- ・児童家庭調査票・1世帯につき1枚
- ・就労証明書または就労予定書・保護者（父母等）※就労予定者の場合は、承認期間を承認から3カ月とします。
- ・保険加入意思表示書・児童1人につき1枚
- ・その他添付書類…「保護者等が病気療養中」「母親が出産」などの場合は診断書写し、母子手帳の写しなど証明できる書類

申請にあたっての注意事項

- ・就労証明書など必要書類が添付されていない申請書は受け付けできません。締切日には添付書類もそろっていることが必要です。
- ・長期休業日のみのお入会申請についても、申し込み期間内に申請してください。
- ・申請書などの受け付け後、内容を審査確認して承認する場合は「放課後児童クラブ入会承認通知書」を送付します。
- ・保育料に未納がある場合は、承認できない場合があります。

問い合わせ 子育て支援課 ☎73・3016

健康長寿応援



体を動かして、はつらつとした毎日を！

普段の生活のなかで、よろけたり、つまずいたりすることはありませんか？これは、体を動かさないことで、骨や筋肉、関節などの働きが衰えているためです。

寒くなると、動くことが面倒になり、ますます筋肉や骨が衰え、関節が固くなる

可能性があり、転倒、骨折などを招きかねません。体調管理をしながら、なるべく体を動かす習慣を身につけましょう。

ウォーキングなど酸素を多く取り込みながら行う酸素運動で、心肺能力を高めながら、骨や筋肉を鍛える筋力トレーニングを組み合わせると、より効果的です。「遊ビリテーション」（日程は30ページ参照）にぜひ参加してみてください。

▼問い合わせ
地域包括支援センター ☎73・3017



不妊治療費を助成します

特定不妊治療および一般不妊治療を受けた夫婦に対して、その医療費の一部を助成し不妊に悩む皆さんを支援します。

今年度に終了した治療に対する申し込み期限は、平成25年3月末までです。申し込み期限を過ぎると助成できませんので、ご注意ください。

内容

- ・特定不妊治療 上限額20万円
- ・一般不妊治療 上限額5万円

▼申し込み・問い合わせ

子育て支援課 ☎73・3016



三観いごもまつり2012

日時 12月16日（日）

午前10時～午後3時

場所

観音寺市民会館および周辺

内容

親子で1日楽しめるステージ
働く車の展示、手作りコーナー
スタンプリリー、バザーなど

▼問い合わせ

子育て支援課 ☎73・3016

三豊市社会福祉協議会 ☎63・1014

観音寺市社会福祉協議会 ☎25・7773