

## 子育て支援センターに遊びにきませんか♪

子育て支援センターは「屋根のある公園」のようなところです。子育て世帯の方が安心して暮らせるよう、子育てに関する相談や、同世代の親子の交流を目的としています。

- 「子育ての不安や悩みがあるけど相談する相手がいない」
- 「同じ年代の子どもが近所にいなくて一緒に遊べない」
- 「平日の昼間はいつも子どもと二人きり」
- 「ママ友を作りたい」 など

子育て支援センターは親子が安心して遊べる場所を提供しています。また、毎月様々なイベントや講座を開催していますのでお気軽に遊びにきてください。開設日などの詳細については、町ホームページをご確認ください。



▲子育て支援センター利用案内



## 子育て支援センター 講座

### 要予約 ハーバリウム製作体験

8月7日(水) ①午前9時45分～10時45分  
②午前11時～正午(各8組)

講師 林 富士子 先生 材料費 500円

美しい花や緑を瓶に閉じ込めて、オイルの中に浮かばせます。オイル漬けされた花や緑は、色あせしにくく、生花よりも長く花を楽しめます。

今回は、夏をイメージしたハーバリウム製作体験を行います。



### 要予約 ♪おやこ de ぽん♪

9月2日(月)・3日(火)

- ①午前 9時～10時30分
- ②午前10時30分～正午
- ③午後 1時～3時



お子さんの手形や足形を使って製作をします。9月のテーマ【お月見】

参加対象 子育て支援センターを利用する親子  
開設時間 (平日) 午前9時～午後4時 ※正午～午後1時はお休みします。  
開設場所 子育て支援センター 『はぐ～ん』 (保健センター隣)  
お問合せ 子育て支援センター ☎77-3930



▲子育て支援センターについて

### お誕生会

8月30日(金) 午前11時30分～

未就園のお子さんには、誕生月に誕生カードをお渡ししています。手形を取りますので事前にお越しいただくか、誕生会当日早めにお越しください。

## 骨粗しょう症予防検診のご案内

保健センター ☎77-1891

骨粗しょう症は、長年の生活習慣などにより骨がスカスカになって骨折しやすくなる病気です。そうなるにわずかな衝撃でも気づかないうちに骨折していることがあり、その結果背骨が曲がると日常生活に支障をきたし寝たきりや内臓疾患に繋がることもあります。

そうなる前に骨粗しょう症検診を受けて、ご自身の状態を確認し、日ごろの生活習慣を見直しましょう。

一度も検診を受けたことがない方、骨の状態が気になる方もこの機会にぜひお受け下さい。

### 期日

10月1日(火)、2日(水)の2日間

### 時間

午前9時30分～11時30分  
午後1時～3時

### 場所

保健センター

### 対象者

20歳以上の女性

### 次の方は対象外

- ・骨粗しょう症と診断された方
- ・妊娠の可能性のある方や妊娠中の方

料金 400円  
(75歳以上の方は無料)

### 申込み方法

昨年受診された方には、問診票を郵送しますので、お申込みは不要です。検診日程の変更を希望される方は保健センターまでお電話ください。

昨年受診しておらず、今回新たに受診を希望される方は、電話または左記QRコードより予約をお願いいたします。



▲しばっこ保健ナビ予約サービス

### 申込み期間

8月13日(火)～9月8日(日)

☆微量のエックス線を使用し、前腕部の骨密度を測定します。腕を機械に乗せて2～3分で終了します。結果はすぐにその場でお渡しします。

☆骨粗しょう症検診を受診された方は令和6年10月29日(火)開催の「骨粗事後エクササイズ教室」に参加できます。

申込み・問合せ 保健センター

## 平成9～20年度生まれの女性の皆様、HPVワクチンの接種はお済みですか？

子宮頸がん予防のためのヒトパピローマウイルス (HPV) ワクチンを、**キャッチアップ対象者 (平成9～19年度生まれの女性)** および**定期接種対象者のうち高校1年生相当 (平成20年度生まれの女性)**の方が公費(無料)で接種できるのは、**令和7年3月末まで**です。この期間内に全3回の接種を完了させるには、**令和6年9月頃までに初回接種を完了する必要があります。**

接種を希望される方は、なるべく早く接種しましょう！

### 接種のながれ

- ①保健センター (77-1891) に電話する・・・**予診票を送付 (お渡し) します。**
  - ②医療機関に接種の予約を入れる・・・医療機関ごとに予約の有無など異なります。接種を希望される医療機関に直接お問い合わせください。
  - ③接種日当日・・・母子手帳、予診票をご持参ください。
- ★HPV ワクチンの種類など、詳しくは厚労省ホームページまたは町ホームページをご覧ください。

