

健康

■心の健康づくり講演会

日時 3月5日(木) 13時30分～15時
場所 北秋田市保健センター
内容 「睡眠負債が引き起こす心と体の病気」
講師 秋田大学医学部附属病院精神科 准教授 太田英伸氏
※阿仁・森吉・合川からバスが出ます。(要申込み)詳細についてはご連絡ください。

■自分測定日

定期的な体組成測定で健康な「からだ」作り始めませんか?
日時 2月17日(月) 9時～16時
場所 北秋田市保健センター
内容 体組成測定、測定値の説明等
※所要時間は15～30分程度です。

■すこやか健康講座

【第4回】
日時 2月12日(水) 14時～15時30分
場所 北秋田市保健センター
内容 「糖尿病の予防と治療」
講師 あきた東内科クリニック 院長 成田琢磨氏

【第5回】
日時 2月21日(金) 13時30分～15時
場所 北秋田市保健センター
内容 「B型・C型肝炎の対策」
講師 北秋田市民病院消化器内科 科長 安次嶺拓馬氏

※第5回は阿仁・森吉・合川からバスが出ます。(要申込み)詳細についてはご連絡ください。

■パワーリハビリ教室参加者募集

対象 65歳以上で市の特定健診又は後期高齢者健診を受けた方
期間 4月～6月(週1回)
場所 合川保健センター
内容 専用マシンを使用した軽運動など
申込締切 2月25日(火)
問 合川保健センター ☎78-4272

■風しん無料クーポン券の有効期限を延長します

対象 令和元年度発行済みクーポン対象者(昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性)
延長後期限 令和3年2月まで
※今年度風しんの抗体検査・予防接種を受けていない方は破棄せず、来年度抗体検査等を受ける際にご使用ください。

■令和2年4月から喫煙場所の規制がスタート!

健康増進法の改正により、事業所、工場、ホテル、商業店舗等は、原則屋内禁煙となり、喫煙を認める場合は喫煙専用室の設置が必要となります。
また、20歳未満の方は、従業員も施設の利用者も喫煙場所に立ち入ることができなくなります。
20歳未満の方が利用する事業所、施設、商業店舗等は、屋内禁煙化への取組をお願いします。
問 秋田県健康づくり推進課 ☎018-860-1429

こども

■母子健康手帳交付

日時 2月3日(月)、10日(月)、17日(月) 9時30分～11時30分
場所 北秋田市保健センター
持ち物 妊婦本人の個人番号カード又は通知書、本人確認書類
※交付日に来ることができない場合は、必ず電話連絡をお願いします。

■2月の乳幼児健診・相談

場所 北秋田市保健センター
持ち物 母子健康手帳/アンケート用紙/バスタオルほか
▷4か月児健康診査
対象 令和元年10月生まれの子
日時 2月26日(水) 【受付】12時30分～45分

▷7か月児育児相談

対象 令和元年7月生まれの子
日時 2月26日(水) 【受付】9時45分～10時

▷10か月児健康診査

対象 平成31年4月生まれの子
日時 2月26日(水) 【受付】12時45分～13時

▷1歳6か月児健康診査

対象 平成30年6・7月生まれの子
日時 2月19日(水) 【受付】12時30分～45分

▷2歳児歯科健康診査

対象 平成29年9・10月生まれの子
日時 2月18日(火) 【受付】12時45分～13時

■マタニティ講座(後期)

対象 令和2年4～6月出産予定の妊婦と夫
日時 3月2日(月) 13時30分～15時30分
場所 北秋田市保健センター
内容 先輩ママ&ベビーとの交流/母乳育児・家族計画について
持ち物 母子健康手帳
申込締切 2月25日(火)

■にじいろリボン(子育てサークル)

日時 3月4日(水) 10時～11時30分
場所 北秋田市保健センター
内容 季節の製作活動/身体計測
対象 市内にお住まいの未入園のお子さんと保護者
※申込不要。直接会場にお越しください。

相談

■心のサロンへどうぞ

○サロン「お茶っこ」
場所 阿仁保健センター
日時 2月13日(木) 10時～13時30分
○サロン「すかっと」
場所 森吉保健センター
日時 2月21日(金) 10時～14時
○サロン「えがお」
場所 前田公民館
日時 2月17日(月) 10時～14時
○サロン「梅っこ」
場所 合川保健センター
日時 2月25日(火) 10時30分～14時
○サロン「あんず」
場所 北秋田市交流センター
日時 毎週火曜日 11時～14時
※精神保健福祉ボランティア「れもんの会」によるサロンです。

■がんサロン「北秋田 虹の会」

日時 2月27日(木) 13時～15時
場所 男女共同参画活動拠点施設「ハートフルプラザ・北秋田」(北秋田市交流センター内)

■いのちとこころの個別相談

日時 2月28日(金) 13時30分～15時30分
場所 北秋田市交流センター
内容 臨床心理士と民間団体の相談員による個別相談(秘密は厳守します)
※事前に電話予約が必要です。

■精神保健相談・アルコール健康相談

日時 2月28日(金) 13時30分～15時 【受付】13時～
場所 北秋田保健所2階
※前日午前まで要予約。
問 北秋田保健所 ☎62-1165

北秋田市 プレミアム付商品券

使用期限 2月29日(土)まで

○購入引換券をお持ちの方はお早めに商品券をご購入ください。
○すでに商品券をお持ちの方は、期限までに使用をお願いします。(使用期限後は一切使用できません。)
○まだ申請がお済みでない方は、2月28日(金)までに申請してください。



購入の流れ

- ①申請書(黄色)の内容を確認し、押印
②市役所、各総合窓口センター、出張所に提出またはポストに投函 ※引換券を交付するのに時間を要しますので、2月14日(金)までに投函するか、直接窓口までお持ちください。
③引換券(ピンク色)が到着
④引換券を持って北秋田市商工会又は各総合窓口センター、出張所で商品券を購入

対象者には、令和元年9月初旬に申請書を送付しています。申請書を無くした場合は福祉課地域障がい福祉係まで連絡してください。

問 福祉課地域障がい福祉係 ☎62-6637

幸せファミリーサポート事業 不妊・不育症治療費助成事業

北秋田市では、特定不妊、一般不妊、不育症治療費を助成しています。

- 特 定 … 1回あたり20万円まで(秋田県の助成に上乗せします)
一 般 … 単年度あたり20万円まで
不 育 症 … 単年度あたり15万円まで

※一般・不育は5か年まで。転出入期間等、諸条件あり。
※一般不妊、不育症治療費助成については年度中の治療費が対象になりますので3月31日までに申請をお願いします。遅れる場合はお知らせください。
※この助成は平成25年度から開始しており、昨年度は34組の方が利用されています。治療を検討している方はご相談ください。

問 医療健康課健康推進係 ☎62-6666