



お父さん、お母さん健診受診してますか

お勤めされている方は、年に1回職場で健診を受けていらっしゃると思います。主婦の方も年に1回は健康診査を受けましょう。40歳以上の方は、特定健診を受けていただく仕組みになっています。国保加入の方には、茅野市からご案内をお送りしています。

40歳未満の方は、市で行っている40歳未満健診が受けられます。

自分の体の様子を知るためには、健診がとても良い機会です。

健診の結果、再検査が必要な場合は、医師に相談しましょう。保健指導が必要な場合は、市の保健師、栄養士が相談にのらせていただきます。健康で子育てしていかれるようサポートしていきたいと考えています。

茅野市では、子宮がん検診、乳がん検診、胃大腸検診も行っています。

早期発見・早期治療のために、がん検診も受けましょう。

詳しくは、健康管理センターまでお問い合わせください。



自分の体も
大切にしましょうね

お子さんのいるところでタバコをすわないで！



タバコの煙には、ニコチン、タール、一酸化炭素などの有害物質がたくさんふくまれています。吸っていない人も、煙を吸い込むことで健康を害してしまいます。

赤ちゃんが吸い殻を食べてしまう！という事故も発生しています。