

ハッピー子育てメールのご案内

妊娠中の方や赤ちゃんが生まれたご家庭の方が、安心して出産や子育てができるよう、妊娠経過や赤ちゃんの月齢に応じたタイムリーな情報をメールでお届けします。

- 【対象】 町内在住で妊娠中の方、および3歳未満の乳幼児の保護者の方。
パートナーやご家族もぜひご登録ください。
- 【登録】 インターネット（メール）による登録。
登録・配信は無料です。 ※通信費は登録者負担となります。

【配信内容】

	配信頻度	配信内容
マタニティ (妊娠中)	毎日	胎児の成長過程、妊娠中の母体の変化、生活アドバイスなど
育児 (出産後)	生後100日まで ～1歳の誕生日 3日に1回 ～2歳の誕生日 7日に1回 ～3歳の誕生日 14日に1回	産後の親の心身の健康、成長に合わせた育児アドバイス、予防接種、こどもの事故防止など

※町のイベント、子育て事業、管理栄養士の健康レシピもお知らせします。

【登録方法】

- ①下記のQRコードを読み取って空メールを送信してください。

マタニティ（妊娠中）



育児（出産後）



- ②一両日中に確認メールが届きます。

※QRコードが読み取れない時は、以下アドレスに送信してください。

<マタニティ(妊娠中)> ibaraki@reg.kizunamail.comに空メールを送信してください。

<育児(出産後)> ibaraki_kosodate@reg.kizunamail.comに空メールを送信してください。

<利用されている方の声>

- ・メールなので、家で時間があるときに読めるので楽です。
- ・赤ちゃんの発育の目安と病気等のメールは、特に頭に入れてあります。メールなので何気なく読み返せる場所も便利です。

この配信は、NPO法人きずなメール・プロジェクトとの協働で実施しています。

【配信などに関するお問合せ】 特定非営利活動法人 きずなメール・プロジェクト
☎ 03-6317-5575 inquiry@kizunamail.com

【この事業に関するお問合せ】 健康増進課（保健センター） ☎ 029-240-7134（直通）

＊ 妊娠・出産・育児に関するご相談は、健康増進課（保健センター）に、お気軽にどうぞ ＊

子宮頸がん・乳がん・骨粗しょう症・大腸がん・胃がん検診を実施します！

申込期間 平成28年7月11日(月)から8月19日(金)まで
申込方法 茨城町健康増進課 窓口または電話でお申し込みください。
☎ 029-240-7134（直通）

※お申込みされた方には後日、問診票を郵送します。
※1日あたりの定員になり次第、締め切ります。

検診会場 茨城町総合福祉センター ゆうゆう館内 保健センター
※骨粗しょう症、大腸がん検診のみの方は、受付時間が異なります。

	対象者 (平成29年3月31日現在の年齢)	負担金	検診日 受付時間
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	500円	9/15(木) } 9/16(金) } 9:00~9:45 9/28(水) }
乳がん 検診	超音波	500円	10/2(日) → 10:00~10:30 *休日の子宮頸がん 検診は午後のみ実施
	マンモグラフィ (2年に1回)	40~49歳:1000円 50歳以上:500円	
大腸がん検診	40歳以上の女性	300円	12:30~13:15
骨粗しょう症検診	40歳以上の女性	500円	10/3(月) } 10/4(火) } 12:30~13:15
胃がん・大腸がん検診	40歳以上の男女	胃がん検診:800円 大腸がん検診:300円	10/6(木) 7:00~11:00 (30分ごとに割り振ります)

【乳がん検診実施医療機関の変更のお知らせ】

広報いばらき6月1日号でお知らせしておりました、乳がん検診の協力医療機関について医療法人弘仁会志村病院を一覧より省かせていただくことになりました。ご了承ください。

『簡単ヘルシー料理教室』を開催します！

カロリーを抑えた食事は、メタボ予防に効果的です。最近、お腹まわりが気になっている方やレシピに興味のある方は、ぜひご参加ください。

日時 7月27日(水) 午前9時30分～正午 ※9時15分受付開始
場所 ゆうゆう館2階 栄養指導室
対象 茨城町在住の方
定員 30名(※定員になり次第、締め切らせていただきます。)
参加費 無料
持ち物 米1合、エプロン、三角巾
募集期間 平成28年7月4日(月)から7月15日(金)まで
申込方法 茨城町健康増進課の窓口または電話でお申し込みください。



【問合せ先】 健康増進課 ☎ 029-240-7134（直通）

身体障害者相談員・知的障害者相談員にご相談ください

身体に障害のある方や知的障害のある方、またそのご家族が日常生活の上で困りごとや悩みがあるときには、地域の身体障害者相談員・知的障害者相談員にご相談ください。

相談内容及び相談員

○相談内容：身体障害者の更生援護に関する相談・指導・助言を行います。

身体障害者相談員：青野 勉(若宮) ☎ 029-293-9178
萩津 和良(奥谷) ☎ 029-291-7040

○相談内容：知的障害者の家庭における養育、生活等に関する相談・指導・助言を行います。
知的障害者相談員：高須 静子(長岡)

相談員には守秘義務がありますので、安心してご相談ください。

【問合せ先】 社会福祉課 ☎ 029-240-7112（直通）