



申込 6/18(土)~6/25(土) 抽選 6/26(日)

◆夏休み工作教室

【日時】7月24日(日) 9:30~11:30
 【内容】ドライブゲームを作ろう【参加費】100円
 【講師】いちほらシルバー友の会
 【対象】市内在住小学1年生~3年生 抽選で12名

◆お昼ごはんを作ろう

【日時】① 7月27日(水) ② 8月3日(水)
 10:30~13:00
 【内容】①ミートスパゲティ ②オムライス
 【参加費】各400円【対象】市内在住小学生 抽選で6名
 ※申し込みは①、②のどちらかをお願いします。

児童館6月の予定【開館9:00~18:00】

※予定変更のときは遊戯室掲示板でお知らせします。

1	水			
2	木	ママとマシュマロ	10:30~11:00	ママと赤ちゃんのふれあい遊び
		みんなであそぼう	15:30~16:00	風船バレーで遊ぼう
3	金	ケロケロクラブ	10:30~11:00	ママと踊ろう
4	土	むかし遊び	13:00~15:00	伝承遊び(うわばき持参) (協力:いちほらシルバー友の会)
5	日	チャレンジ広場	14:00~14:30	ゲーム遊び
6	月	乳幼児・小学生共に保護者同伴でご利用下さい 9:00~17:00		
7	火			
8	水	ケロケロクラブ	10:30~11:00	製作
9	木	ママとマシュマロ	10:30~11:00	ママと赤ちゃんのふれあい遊び
		あつまれキッズ	15:30~16:00	トランプ遊び
10	金	ケロケロクラブ	10:30~11:00	製作
11	土	おもちゃ広場	10:00~11:30	おもちゃ遊びとおもちゃの貸出 (協力:更生保護女性会)
12	日	子どもパン作り教室 (登録制)	9:30~12:00	ちぎりパンを作ろう
13	月	乳幼児・小学生共に保護者同伴でご利用下さい 9:00~17:00		
14	火	おはなし会	10:30~11:00	絵本、劇など (協力:おはなし出前の会)
15	水	ケロケロクラブ	10:30~11:00	ふれあい遊び
16	木	ママとマシュマロ	10:30~11:00	ママと赤ちゃんのふれあい遊び
		子どもチャレンジピック	15:30~16:00	第3回「ウー万歩」
17	金	ケロケロクラブ	10:30~11:00	ふれあい遊び
18	土	キッズボランティアクラブ (登録制)	8:30~10:30	菊間をきれいにしよう
19	日	チャレンジ広場	14:00~14:30	窓飾りを作ろう
20	月	乳幼児・小学生共に保護者同伴でご利用下さい 9:00~17:00		
21	火			
22	水	ケロケロクラブ	10:30~11:00	シアター
23	木	ママとマシュマロ	10:30~11:00	ママと赤ちゃんのふれあい遊び
24	金	ケロケロクラブ	10:30~11:00	シアター
		乳幼児の救命講習	11:10~12:00	救急隊による救命講習
25	土	おもちゃ広場	10:00~11:30	おもちゃ遊びとおもちゃの貸出 (協力:更生保護女性会)
26	日			
27	月	乳幼児・小学生共に保護者同伴でご利用下さい 9:00~17:00		
28	火	おはなし会	10:30~11:00	絵本、手遊びなど (協力:ちびちびちゃんほっけ)
		教育相談	13:30~16:30	主催:教育委員会 スクールカウンセラーが相談に応じます
29	水			
30	木			

◆乳幼児の救命講習

【日時】6月24日(金) 11:10~12:00
 【内容】救命の基礎知識と応急手当【参加費】無料
 【講師】市原市消防局 八幡消防署
 【対象】市内在住乳幼児の保護者 抽選で20名
 ※申込 6/1(水)~6/8(水) 抽選 6/9(木)

健康ひとくちメモ



看護師 江田 智子

人間ドック

人間ドックとは、個人の意志で受けるより詳しい健康診断です。定期健診、特定健診を同時にカバーし、がん検診も含めて行われます。人間ドックは基本的に自費となります。(企業によっては補助を行う所もある)

＜人間ドックの検査項目＞

- 基本検査
 身体計測 血圧 心電図 心拍数 眼底 眼圧
 視力 聴力 呼吸機能 胸部X線
 上部消化管X線(バリウム) 腹部エコー
 血液検査 尿検査 便潜血検査
- オプション検査(例)
 頭部MRI・MRA(脳梗塞 脳動脈瘤)
 頸部エコー(動脈硬化)
 運動負荷心電図(労作性狭心症)
 胸部CT(肺がん、肺気腫、大動脈瘤)
 喀痰細胞診(肺がん)
 胃カメラ(食道がん、胃がん、胃潰瘍、
 胃ポリープ、十二指腸潰瘍)
 ピロリ菌検査(ピロリ菌)
 腹部CT(肝がん、腎臓がん、すい臓がん)
 腫瘍マーカー(肝がん、腎臓がん、すい臓がん、
 前立腺がん)
 C型肝炎抗原(C型肝炎)
 大腸内視鏡(大腸がん、大腸ポリープ)
 マンモグラフィー(乳がん、乳腺症)
 乳腺エコー(乳がん、乳腺症)
 経膈エコー(子宮筋腫、卵巣腫瘍)
 骨密度(骨粗しょう症)
 甲状腺ホルモン(バセドウ病、甲状腺機能低下症)

※人間ドックを受ける事は、自分が気付いていなかった異常を早い段階で発見できるよい機会です。また、結果で、精密検査を受ける、治療を始める、生活習慣の改善に取り組むなどして、人間ドックを賢明に活用しましょう。

編集後記 広報部委員の皆さんの真剣な校正、投稿記事、広告等に支えられ約1年、ありがとうございます。

これからもより多く読んでいただける紙面になりますよう頑張りますので、宜しくお願い致します。(大野)

【広報部会】部長 大野繁樹 副部長 稲月金彌
 委員 植草愛子 市川政徳 小出智秀
 木内清志 齊藤毅 中野美智子

菊間コミュニティ・保健福祉センター

〒290-0007 千葉県市原市菊間1870番地4
 電話 0436(42)3424 ・ FAX 0436(42)3426
http://www.city.ichihara.chiba.jp/shisetsu/comyu/sisetu_kikuma/index.html