

早寝 早起き

朝ごはん！



両手いっぱいの

野菜を食べよう！

5月31日(日)は、世界禁煙デー



5/31～6/6の禁煙週間に、
禁煙習慣をつけましょう！

喫煙者と非喫煙者の死亡率の比較をすると、肺がん、心疾患、脳卒中、糖尿病、歯周病などの病気と大きく関連しており、そのリスクを高めます。

また妊娠時の喫煙は、低出生体重児出産が約2倍に高まり、早産、流産、周産期死亡などの危険性も高めます。

禁煙すると、たくさんのいいことが！ぜひこの機会に禁煙に取り組んでみませんか？

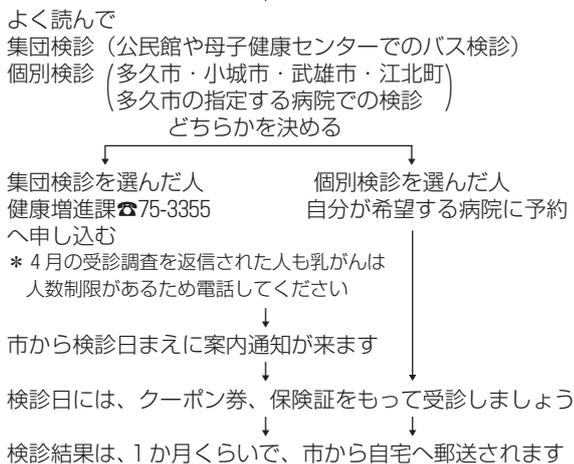
5月	6月	日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1	2	3	4		
宅 古賀医院 (内科) 三日月町 ☎73-2067 宅 多久市立病院 (内科) 多久町 ☎75-2105	相 健康相談日 時間：13時～16時	母 発達相談 (医師) 持参：母子健康手帳 対象：就学前まで (要予約) 時間：予約制		母 発達相談 (言語) 持参：母子健康手帳 対象：就学前まで (要予約) 時間：予約制				
5	6	7	8	9	10	11		
宅 坂田整形 外科 (整形外科) 三日月町 ☎72-5155 宅 諸隈病院 (内科・外科) 北多久町 ☎74-2100	相 健康相談日 時間：13時～16時				母 乳児健診・相談 (集団) 持参：母子健康手帳、問診票 対象：(4～5ヵ月児) H28.1.1～H28.2.29生まれ (個人通知) (9～10ヵ月児) H27.8.1～H27.9.30生まれ (個人通知) 受付：13時～13時20分			

20歳・40歳になられたあなた、検診を受けたことがないあなたに お得な情報！

検診が無料で受けられるクーポン券があります

女性特有のがん「子宮頸がん」・「乳がん」は、早期に発見し、適切な治療ができる“がん”です。がんについての正しい健康意識の普及のために、初めてがん検診の対象となられた人には、「知っ得！がん検診手帳」を配布します。

5月下旬に、クーポン券等が自宅に届きます



対象者

子宮がん：20歳の女性、25歳・30歳・35歳・40歳の女性で、平成23年～27年の5年間に市の子宮がん検診を受けていない人

乳がん：40歳の女性、45歳・50歳・55歳・60歳の女性で、平成23年～27年の5年間に市の乳がん検診を受けていない人

(平成28年4月1日時点での年齢)