

# こんにちは 子育て相談窓口です

問合せ 子育て相談窓口 ☎0495-74-0205 FAX 0495-77-2117

## 11月は「児童虐待防止推進月間」です

子育てをしていると楽しいことや嬉しいことがたくさんあります。その一方で、いろいろ工夫をしても上手くいかず困ったり、悩んだりすることもあるかと思います。

そんなときはひとりで抱え込まないでください。周囲の力を借りることで解決したり、話をすることで気持ちが楽になったりします。

### こんなことはありませんか？

- 子どもが言うことを聞かず、つい怒ってしまって後悔することが多い。
- 子育てに疲れてしまった。少し休息したい。
- 自分の子育てに自信が持てない。誰かに話を聞いてもらいたい。



その気持ちを話してみませんか？子育て相談窓口では子育てについての悩みを一緒に考えサポートします。また、周りに悩みを抱えている人がいたらご連絡ください。

### 地域の方も子育て中の家族を応援しています！

母子愛育会では、子育て中の方が楽しめるイベントの開催や地域での見守りや声かけをしています。子どもが健やかに成長するために子育てを町全体で温かく見守り、支えています！

詳しくは広報12月号に掲載予定です。  
ぜひご参加ください！



## 児童相談所全国共通ダイヤル「189」

虐待かもしれないと思ったときなどに、すぐに児童相談所に通告・相談ができる全国共通の電話番号です。



通告・相談をした人やその内容に関する秘密は守られます。

# 健康メッセージ

問合せ 子育て相談窓口 ☎0495-74-0205 FAX 0495-77-2117

保健センター ☎0495-77-4041 FAX 0495-77-0550

## 早めに精密検査を受けましょう！

がん検診や健康診断の結果が「要治療」や「要精密検査」と判定された方で、再受診せず放置している方はいませんか。症状の程度や治療によっては身体や金銭的に大きな負担が生じる場合があります。

### 健診・検診後の行動こそが健康を守るカギ

せっかく受けた健診・検診の結果をそのまましまい込んでいませんか。結果は自分のからだを映す鏡です。からだからのサインを見逃さず、自己判断ではなく医療者からのメッセージに耳を傾け、受診や生活習慣の改善に努めましょう。



### 治療や精密検査が必要と言われたら？

すぐに病院を受診しましょう。「要治療」や「精密検査」と判定された場合に、忙しいからと後回しにしていると健診・検診を受けたことが無駄になってしまいます。重症化して手遅れにならないよう、早めの行動が大切です。

### 【がん検診】

精密検査の判定を受けても未受診のまま放置していると、がんのステージ進行の可能性が高まり、他の臓器へ転移するリスクも出てきます。早期発見・早期治療で、重症化のリスクを減らしましょう。

### 【健康診断】

血圧や血糖値を高いまま放置すると脳梗塞や糖尿病などを発症し、場合によっては長期入院で仕事を休むことになりかねません。気になる項目があった場合には、健診結果を持参し医療機関へ相談しましょう。早期に病気の芽を摘み、重症化の予防に繋げることが大切です。

### 乳幼児の精密検査

乳幼児健康診査では心雑音や股関節脱臼など、気になる様子がみられる場合には紹介状をお渡します。

赤ちゃんは自分の健康状態を伝えることが未熟で、大人が気づいてあげる必要があります。心雑音や弱視など、何気ない生活の中では見落としやすいものもあります。お子さんの将来のためにも、早めに適切な治療や検査を受けましょう。

