

私の宝物

瑞季ちゃんは笑顔がステキな女の子。みんなを和ませてくれる人に育ててね。



みずき
松原 瑞季 ちゃん (10か月)
母 真友美 さん (安岐町下原)

Pick UP!

第1回 パパスクール (男性の子育て支援)

今年度初のパパスクールを9月30日に開催しました。コロナ禍で昨年同様に家庭での親子工作となりましたが、11組の親子が参加し、作業風景や完成作品を写真で送っていただきました。第2回も予定しており、ご案内は保育所などを通じて行いますので、ぜひご参加ください。



申・問 福祉課 子育て支援係 ☎72-5164

CHILDCARE

子育て

すくすく育て! くにさきっ子

子育てカレンダー

🌸 にこにこ子育て広場 ※要予約
子育ての相談や、保護者同士の交流ができる場です。
日時・場所 | 11/15(火) 午前10時 国見保健センター
11/16(水) 午前10時 安岐保健センター
11/28(月) 午前10時 武蔵保健福祉センター
11/30(水) 午前10時 国東保健センター

🌸 離乳食教室 ※2日前までに要予約
離乳食のすすめ方、作り方が学べる教室です。
日時・場所 | 11/25(金) 午前10時 武蔵保健福祉センター

🌸 プレママ・プレパパ教室 ※要予約
妊娠・出産・産後の生活や育児について学べます。助産師に相談もできます。
日時 | 11/11(金)、11/18(金)、12/9(金) 午前10時
場所 | 国東保健センター

問 医療保健課 ☎73-2525
国見総合支所 ☎82-1112
武蔵総合支所 ☎68-1184
安岐総合支所 ☎67-1111

私の達者な秘訣!

農家として、米やみかん、タバコなどを栽培していました。私は「毎日30分ほど散歩をすること」を心掛けています。妻との思い出が詰まったわが家で、いつまでも元気に暮らしたいです。

竹田津 勝義さん (93)
国見町竹田津



HEALTH

健康

いつまでも地域でさかしく暮らそう



週一元気アップ教室
綱井いきいき体操会の皆さん (国東町綱井)

くにさき国保だより 問 市民健康課 国保年金係 ☎72-5166

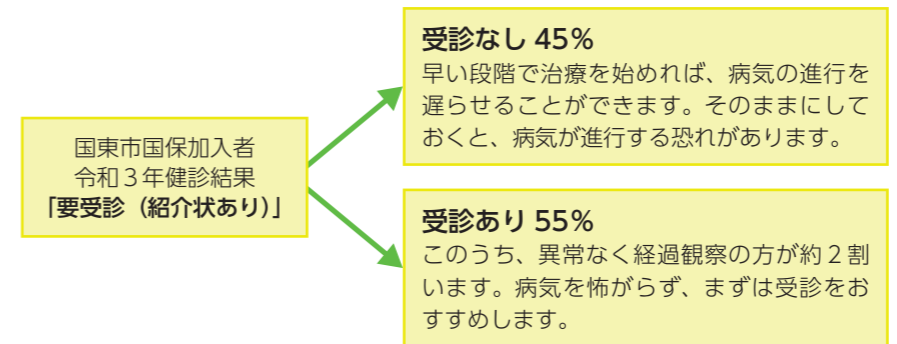
交通事故や他人からの暴力行為によるケガで保険証を使うときは届出を!

他人の行為により受けたケガなど(交通事故や他人からの暴力行為など)は、国民健康保険証を使って治療を受ける場合には、必ず市に届出が必要です。詳しくはお問合せください。
※自損事故の場合はお問い合わせください。
※他人の飼い犬に噛まれた、他人の設置物が原因で転倒した、などの場合も届出をお願いします。



健診後に「精密の」紹介状が届いたら必ず受診をしましょう

健診を受診後、「要受診」の結果がでた方のうち半数近くの方が「受診なし」でした。ご自身の健診結果を確認し、必要な方は必ず医療機関の受診をしましょう。



今月の体成分分析器測定週間 ~自分のからだを知ろう週間~
11月14日(月)~18日(金) 利用料: 無料 (本庁市民健康課にて)

“受けっぱなし”
健診は危険です!



子育て Information ひだまり

不妊治療費助成制度が変わります

4月1日から不妊治療が保険適用化したことに伴い、市の不妊治療費の助成制度が変わります。詳細は、市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

対象となる治療

生殖補助医療(体外受精・顕微授精・男性不妊治療など)・一般不妊治療(人工授精)で、本年4月1日以降に開始した治療となります。



不妊治療相談会

助成額および助成回数

生殖補助医療(体外受精・顕微授精・男性不妊治療など)		人工授精		
40歳未満(女性)	1出産につき9回まで(保険外診療は3回まで)	50万円/回	1出産につき3回まで	5万円/回
40~43歳未満(女性)	1出産につき6回まで(保険外診療は3回まで)	50万円/回		

問 国東市子育て世代包括支援センター ☎73-2525

国東市 子育て支援ガイドブック



母子手帳アプリ「ひだまりネット」



くにさき子育て応援サイト「ひなたぼっこ」



いきいきちよるちよる体操



国東市認知症安心ガイドブック



国保発! 健康応援レシピ

