

{youtube}rJrbl2hXk_4{/youtube}

Pemerintah Kabupaten Kediri melalui Dinas Kesehatan menyelenggarakan cek kesehatan gratis, makan buah serta sayur dan senam bersama. Kegiatan ini diselenggarakan dengan mengambil tempat di Halaman Parkir Dinas Kesehatan, Jumat (20/10).



Kepala Dinas Kesehatan, dr. Adi Laksono, MMRS, mengatakan Kegiatan merupakan bagian dari kampanye Gerakan Masyarakat Hidup Sehat di Kabupaten Kediri. Peserta kegiatan ini terdiri dari seluruh satuan kerja (Satker) di Kabupaten Kediri.

“Harapannya nanti selanjutnya dilakukan secara rutin minimal sebulan sekali di masing-masing satker. Agar menjadi kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga menjadi kebiasaan sehat.



Adi melanjutkan, pesan yang ingin disampaikan dari kampanye GERMAS ada tujuh bagian. Masyarakat diharapkan terbiasa melakukan aktivitas fisik, makan buah dan sayur, tidak merokok, tidak konsumsi alkohol, periksa kesehatan rutin minimal tekanan darah, memakai jamban, dan kebersihan lingkungan.

“Insya Allah dengan melaksanakan ini kita akan sehat dimulai dari kita sendiri,” pesannya.

Kabid kesmas drg. Fitria Dewi ,MSi. Yang turut hadir dalam acara ini menambahkan, salah satu manfaat cek kesehatan rutin adalah bisa mendeteksi kanker sejak dini. Apalagi bulan Oktober

ini merupakan bulan bebas kanker.



“Provinsi Jawa Timur mulai 30 Oktober S/d 5 November bekerjasama dengan BPJS memfasilitasi cek IVA gratis (mendeteksi kanker serviks/mulut rahim) untuk semua karyawan yang sudah menikah dan istri karyawan. Kegiatan Ini juga bagian dari GERMAS,” Terangnya.

“Selain itu ketika rapat di kantor atau kegiatan yang lain sajian snack usahakan berwujud sayur dan buah. Sementara untuk kuenya polo pendem. Dari hal yang kecil seperti ini ayo kita menjaga kesehatan,” Imbuhnya.(kominfo,yda,yrpd,wk).