

10月の健康カレンダー

ところ：保健センター

名称	とき	受付時間	対象、持ち物など(※母子手帳)
母子手帳の交付と妊婦相談	5・19・26日(月)	午後1時30分～3時	妊娠届出書を交付された方
ママ教室(1回目)〈予約制〉	6日(火)	午前9時20分～30分	妊婦さん 体操のできる服装(※)
子育て相談	1日(木)	午前9時30分～11時30分	栄養、歯科相談もできます(※)
もぐもぐ教室(離乳食前期)	15日(木)	午前9時45分～10時	5～6カ月児(※)
カミカミ教室(離乳食後期)	14日(水)		9～10カ月児(※)
2歳児教室	9日(金)	午前9時45分～10時	2歳の誕生日児
はじめての歯科健診とフッ素塗布	2日(金)	午後1時～1時45分	1歳2～3カ月児
2歳児歯科健診とフッ素塗布	16日(金)	午後1時～1時45分	2歳～2歳3カ月児
健康相談・栄養相談・歯科相談〈予約制〉	23日(金)	午前9時30分～11時	どなたでも 健康手帳(お持ちの方)

◎4カ月・1歳8カ月・3歳児健康診査は対象の方に個別通知します。

名称	とき	集合時間	集合場所など	雨天時
蒲南コースを歩こう会	5日(月)	午前9時30分	本町公園	勤労福祉会館
みんなで楽しく無理なく歩こう	12日(祝)	午前9時	若宮公園時計塔前	中止
形原西浦の名所をめぐるウォーキング会	31日(土)	午前9時30分	形原公民館	中止
脱メタボのための筋トレ・脳トレ実践教室	17日(土)	午前9時30分 ～11時30分	市民会館東ホール(筆記用具・タオル)	—

知っ得講座！健康情報

うつ病家族セミナーのお知らせ

病気への理解を深め、支援方法について学ぶために、家族セミナーを開催します。

第1回 うつ病を知ろう(講話)

とき 10月19日(月) 午後0時30分～1時50分

講師 きくちメンタルクリニック院長 菊池勤

第2回 復職に向けての準備(講話)

とき 11月11日(水) 午後2時～3時30分

講師 ならい心療内科 臨床心理士 前田倫子

第3回 日頃の思い打ち明け会しませんか？(グループワーク)

とき 11月25日(水) 午後2時～3時30分

対象 うつ病で治療中の方のご家族

ところ 第1・2回 豊川市総合体育館 第3回 豊川保健所

申し込み 電話、ファクスで氏名・生年月日・電話番号を明記の上、豊川保健所健康支援課こころの健康推進グループ(☎86♦3626 FAX89♦6758)へ。



がん検診、ヤングエイジ健診を受けましょう。
受診票をご希望の方はご連絡ください。

在宅医などへのお問い合わせ

在宅当番医(テレホンガイド) ☎67♦2828
休日急病診療所 ☎67♦2555
休日歯科・障がい者歯科診療所 ☎69♦8020