

健康カレンダー

会場：保健センター

名称	とき	受付時間	対象、持ち物など
母子手帳の交付と妊婦相談 (☆希望者は歯科健診も可)	6日(金) ☆20日(金)	午後1時20分～1時30分	妊娠届出書を交付された方
妊婦歯科健診と歯科相談	20日(金)	午後2時～2時15分	母子手帳
パパママ教室2回目〈予約制〉	14日(土)	午前9時30分～9時40分	母子手帳、父子手帳(子育てハンドブック)
母乳相談〈予約制〉	19日(木)	午後1時30分～3時30分	妊娠中のお手入れの話、 母乳の与え方などの相談
子育て相談	23日(月)	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)	19日(木)	午前9時50分～10時	5～6カ月児
カミカミ教室(離乳食後期)	12日(木)		9～10カ月児
2歳児教室(のびのび教室)	13日(金)	午前9時45分～10時	2歳の誕生日前後
はじめての歯科健診とフッ素塗布	6日(金)	午後1時～2時	フッ素塗布(700円)、 歯ブラシ
2歳児歯科健診とフッ素塗布	20日(金)	午後1時～1時30分	
4カ月児健診とBCG	12日(木) 26日(木)	午後0時50分～1時40分	母子手帳
三種混合 (ジフテリア・百日せき・破傷風)	9日(月)・16日(月)・ 25日(水)・30日(月)	午後1時20分～2時20分	
ポリオ	23日(月)	午後1時20分～2時20分	

※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。

健康づくりいっしょにやろまい会

名称	とき	集合時間	集合場所
蒲南コースを歩こう会	2日(月)	午前9時30分	本町公園(蒲南小の北東)
みんなで楽しく無理なく歩こう	9日(月) (雨天中止)	午前9時	三谷町若宮公園時計塔前
形原西浦の名所をめぐるウォーキング会	28日(土) (雨天中止)	午前9時30分	西浦公民館

入門編「男性の健康料理教室」

男性の皆さん、健康な生活をおくるために、料理を基本から学んでみませんか。

とき 6月18日(土)、7月2日(土)
午前10時～午後1時

ところ 保健センター

対象 市内在住の男性

定員 25人(定員を超えた場合は抽選)

内容 ○講話「調理の基本」
○調理実習と試食

参加費 600円(2回分)

申し込み 6月10日(金)までに電話で保健センターへ



✕5月31日は世界禁煙デー 《禁煙週間 5/31～6/6》

禁煙についてさまざまな取り組みが行われています。

保健センターでも、電話相談(随時)、たばこや健康に関する相談(偶数月第4金曜日)を行っています。協力者を増やして取り組んでみませんか。

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

**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。**