

# 健康カレンダー1月

保健センター ☎67-1151

保健所 ☎69-3156

## ■保健センター(浜町)へお出かけください

事業名	日時	対象・内容等
母子健康手帳の交付と妊婦相談	毎週火・木曜日 受付午前9時50分～10時 (11時終了予定)	● 妊娠届出書をご持参ください ● マザースクールの予約もします
マザースクールの(3・4回目)	13日・27日(月) 午後1時30分～3時30分	● 妊婦さん(予約制) ● 母乳の話・マッサージ ● リラックス法、妊婦体操
1～2カ月児子育て教室	9日(木) 午前10時～11時 受付午前9時45分～10時	● 計測 ● 母乳の与え方、育児の話
4カ月児健診	16日(木) 午後1時～2時	● 診察、計測、相談 ● 小児がん検査用紙配布
赤ちゃんの栄養教室	23日(木) 午前10時～11時30分 受付午前9時45分～10時	● 5～6カ月児の離乳食 ● 離乳食の話と試食、相談
8カ月児子育て教室	7日(火) 午前10時～11時30分 受付午前9時45分～10時	● 育児、離乳食、歯の手入れの話 (子供用歯ブラシ持参)
1歳6カ月児健診	7日・21日(火) 午後1時～2時	● 平成7年7月12日～平成7年8月10日の出生児 ● 個人通知します ● 診察、歯科健診、計測、相談
2歳児教室	18日(土) 午前10時～11時30分 受付午前9時50分～10時	● 平成6年12月～平成7年1月の出生児 ● 子育ての話(子どもの発達と家族の役割) ● 親子で楽しめる遊びの紹介
3歳児健診	14日・28日(火) 午後1時～2時	● 診察、歯科健診、計測、検尿、相談 ● 個人通知します
育児相談	29日(水) 午前9時30分～正午 午後1時～4時	● 保健婦による相談、計測 ● 電話の場合は保健センター保健婦まで
機能訓練教室	6日・13日・20日・27日(月) 8日・22日(水) 午後1時15分～3時	● 簡単な体操、作業訓練等 ● 40歳以上で脳卒中の後遺症等で機能の低下している人
介護者のつどい	7日(火) 午後1時30分～3時	● 介護者同士の情報交換と勉強会 ● 腰痛、肩こり予防のリハビリ
健康セミナー	31日(金) 午後1時30分～3時 受付午後1時15分～	● 食生活と健康食品 ● 申込みは保健センターまで

## ■保健所へお出かけください

事業名	日時	対象・内容等
乳幼児歯科相談	10日・17日・24日(金) 午後1時～2時15分	● 1歳～4歳未満児の歯科健診とフッ素塗布 ● フッ素塗布は有料(680円)
一般歯科相談	24日(金) 午後1時30分～2時	● 妊産婦・成人の歯科健診 ● 歯のみがき方
精神保健相談(予約制)	7日・14日・21日(火) 24日(金) 午後1時30分～3時30分	● 専門医による相談 ● 心の健康・病気について ● 14日(火)は老人が対象

## ■各地区

地区別健康相談	会場	期日	時間
● 保健婦・栄養士による相談	大塚公民館	9日(木)	午後1時30分～3時00分
● 健康な生活のアドバイス	東部市民センター	10日(金)	受付 午後1時30分～2時30分
	市役所	20日(月)	
	西部市民センター	22日(水)	
	西浦公民館	17日(金)	

## ■予防接種(受付時間 午後1時20分～2時20分)

種類	会場		対象等
	保健センター	文化広場	
3種(2種)混合第1期初回接種	16日(木) 17日(金) 20日(月) 24日(金)	21日(火) 22日(水) 23日(木)	①平成6年7月1日～7年6月30日の出生児 ②生後90カ月未満で1期初回接種、1期追加接種の未接種者(平成7年7月以降の出生児は除く)

※①の対象者には、個人通知します。問い合わせは保健センターへ

## おねがい

乳幼児は「母子健康手帳」、  
成人は「健康手帳」を持参してください。

