

健康カレンダー3月

保健センター(浜町) ☎67-1151 保健センター ☎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 ● マザーズスクールの予約もします |
| マザーズスクール (3・4回目) | 10日・24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 | 6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 | 13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 | 27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 | 4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 | 4日・18日(火) 午後1時～2時 | ● 平成7年9月7日～平成7年9月30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 | 15日(土) 午前10時～11時30分 受付午前9時50分～10時 | ● 平成7年2月～平成7年3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 | 11日・25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 | 5日・19日(火) 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 | 3日・10日・17日・24日(月) 5日・12日・19日・26日(火) 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 | 2日(日) 午前11時～午後1時 | ● 介護者同志の情報交換と勉強会 ● リフレクティブ(食事会) |

■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 | 7日・14日・21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 | 28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) | 4日・11日・18日(火) 12日(水)・28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 ● 11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 | 7日(金) | 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 | 14日(金) | 受付 午後1時30分～2時30分 |
| | 市役所 | 17日(月) | |
| | 西部市民センター | 19日(水) | |
| | 西浦公民館 | 21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 | 19日(水) 21日(金) 25日(火) 24日(月) 26日(水) 27日(木) 28日(金) | 25日(火) 27日(木) | ①平成6年7月1日～平成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。

