

7月の健康カレンダー

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)
母子手帳の交付と妊婦相談 	7日(月) 14日(月) 28日(月)	午前9時30分～11時	妊娠届出書を交付された方
ママ教室(1回目)〈予約制〉	8日(火)	午前9時20分～30分	妊婦さん バスタオル、体操のできる服装(※)
子育て相談	3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)	17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)	9日(水)		9～10カ月児(※)
2歳児教室	11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	4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	18日(金)	午後1時～1時45分	2歳～2歳3カ月児

◎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	7日(月)	午前9時30分	勤労福祉会館(室内体操)	—
みんなで楽しく無理なく歩こう	14日(月)	午前9時	三谷町若宮公園時計塔前	中止
形原西浦の名所をめぐるウォーキング会	26日(土)	午前9時30分	西浦公民館	中止
脱メタボのための筋トレ・脳トレ実践教室	5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！健康情報

蒲郡いきいき市民健康づくり事業

学童期の健康スクール生 募集！

“メタボリックシンドローム”の対象は大人だけではなく、子どものころからの予防が大切です。楽しく親子で生活習慣を見直し、健康づくりの学習をしましょう。

とき 7月29日(火)、8月20日(水)、12月24日(水)、平成27年3月26日(木) 午前9時30分～正午
(※2回目以降午前10時～、8/20のみ午後2時30分まで) 全4回

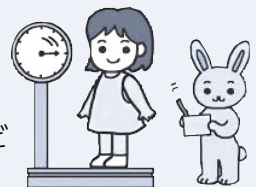
対象 小学3～6年生で肥満度20%以上または健康づくりに関心がある親子

定員 15組

内容 健康チェック(身体測定・生活習慣チェック)・医師の講話
管理栄養士による食生活の話と調理実習・運動指導士による運動体験 など
※教室のほか、Eメールなどで個別相談もできます。

参加費 無料

申し込み 7月18日(金)までに電話、ファクスまたはEメールで「学童期の健康スクール」①お子さんの氏名・生年月日・学校名・学年②電話番号を明記の上、保健センターへ。



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

保健センターHPアドレス <http://www.city.gamagori.lg.jp/site/hokencenter/>