

7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	6・13・27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〉	14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	2日(休)	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)	16日(休)	午前9時45分～10時	5～6カ月児(※)
カミカミ教室(離乳食後期)	8日(水)		9～10カ月児(※)
2歳児教室	10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	3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	17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	6日(月)	午前9時30分	勤労福祉会館	勤労福祉会館
みんなで楽しく無理なく歩こう	13日(月)	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	25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	18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

蒲郡市健康大学生生活習慣病予防学部 特別公開講座を開催します！

小中学生の生活習慣病予防に大切なこと ～子どものメタボ増えている？～

講師：あいち小児保健医療総合センター内分泌代謝科 医師 濱島崇

とき 7月27日(月) 午後1時30分～3時(受付1時～) ところ 保健センター

対象 市内在住の方 参加費 無料

申し込み 7月17日(金)までに電話・ファクス・Eメールで氏名・生年月日・電話番号・メールアドレスを明記の上、保健センターへ。



とき 7月25日、8月29日(土) 午前10時～午後1時 全2回

ところ 蒲郡公民館

内容 簡単ランチ実習と試食

参加費 千円 対象 市内小学3～6年生

定員 16人(定員を超えた場合は抽選)

申し込み 7月10日(金)までに電話・ファクス・Eメールで氏名・生年月日・電話番号・メールアドレスを明記の上、保健センターへ。



ほけん「この人」ちゃん

健康づくりリーダー

私たちは、地域包括支援センター、公民館などから依頼を受けて活動しています。定例会を月1回実施し、今は、あいち巡りん体操のご当地バージョンを作成中です。日常生活に必要な筋肉は加齢とともに低下していきます。蒲郡市民の歌体操とあわせて、運動の大切さを楽しく伝えていけたらと思っています。体を動かすことが好きな方、一緒に活動しませんか。



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/>