

9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 	5・12・26日(月)	午後1時30分～3時	妊娠届出書を交付された方
パパママ教室(予約制)	10日(土)	午前9時20分～9時30分	妊婦さんとその夫
子育て相談	1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)	15日(木)	午前9時45分～10時	5～6カ月児(※)
カミカミ教室(離乳食後期)	14日(水)		9～10カ月児(※)
1歳児教室☆	26日(月)	午前9時45分～10時45分	1歳の誕生月児
2歳児教室	9日(金)	午前9時45分～10時	2歳の誕生月児
はじめての歯科健診とフッ素塗布☆	2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☆	16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。 ☆個別通知します。

名称	とき	対象・持ち物など	ところ
健康相談・栄養相談・歯科相談(予約制)	23日(金) 午前9時～正午	保健師・管理栄養士・歯科衛生士による相談を希望する方	保健センター
脱メタボのための筋トレ・脳トレ実践教室	3日(土) 午前9時30分～11時30分	どなたでも(筆記用具・タオル)	市民会館東ホール

名称	とき	集合時間	集合場所	雨天時
蒲南コースを歩こう会	5日(月)	午前9時30分	生きがいセンター	生きがいセンター
みんなで楽しく無理なく歩こう三谷歩こう会	12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	24日(土)	午前9時30分	西浦公民館	中止

知っ得講座！健康情報

うつ病家族セミナーのお知らせ

病気への理解を深め、支援方法について学ぶために、家族セミナーを開催します。



とき・内容

第1回	9月13日(火) 午後2時～3時30分	講話 うつ病を知ろう 講師 医療法人松崎病院 豊橋こころのケアセンター 院長 竹澤健司
第2回	9月28日(水) 午後2時～3時30分	講話 復職を考えた時にご家族が知っておくといいいこと 講師 ならい心療内科 臨床心理士 前田倫子
第3回	10月5日(水) 午後2時～3時30分	家族グループワーク 話してみませんか？今の気持ち

ところ 豊川市総合体育館 ミーティング室

対象 うつ病で治療中の方の家族 定員 30人

申し込み 電話またはファクスで住所・氏名・電話番号を豊川保健所健康支援課こころの健康推進グループ(☎86♦3626 FAX89♦6758)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/>