

## 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	4・11・25日㊦	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)	9日㊦	午前9時20分～9時30分	妊婦さんとその夫、体操のできる服装(※)
子育て相談	7日㊦	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)	21日㊦	午前9時45分～10時	5～6カ月児(※)
カミカミ教室(離乳食後期)	13日㊦		9～10カ月児(※)
1歳児教室☆	25日㊦	午前9時45分～10時45分	1歳の誕生日児(※)
2歳児教室	8日㊦	午前9時45分～10時	2歳の誕生日児(※)
はじめての歯科健診 ☆	1日㊦	午後1時～1時45分	1歳2～3カ月児
2歳児歯科健診 ☆	15日㊦	午後0時50分～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)	ところ
脱メタボのための 筋トレ・脳トレ実践教室	2日㊦	午前9時30分～ 11時30分	どなたでも (筆記用具・タオル)
健康相談・栄養相談・歯科相談 <予約制>	22日㊦	午前9時～ 11時30分	保健師・管理栄養士・歯科衛生士による相談を希望する方

名称	とき	集合時間	集合場所など
蒲南コースを歩こう会	4日㊦	午前9時30分	生きがいセンターで室内体操
みんなで楽しく無理なく 三谷歩こう会	11日㊦	午前9時	若宮公園時計塔前(雨天中止)
形原西浦の名所をめぐる ウォーキング会	30日㊦	午前9時30分	西浦公民館(雨天中止)

## 知っ得講座！健康情報

### 統合失調症家族教室を開催します

病気や対応方法の理解を深めるために、家族教室を開催します。

とき	内容
第1回 10月3日(火)午後2時～3時30分	講話 統合失調症－病気を理解するために－
第2回 10月16日(月)午後2時～4時	講話 コミュニケーションのコツ －SSTで身につけよう－
第3回 10月25日(水)午後2時～3時30分	家族交流会 話してみよう－家族のこと・自分のこと－

ところ ウィズ豊川3階研修室1(豊川市諏訪3-242) 定員 20人  
対象 統合失調症治療中の方の家族  
申し込み・問合せ 電話で豊川保健所健康支援課こころの健康推進グループ(☎86♦3626)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