

10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	2・16・23・30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〉	3日(火)	午前9時20分～9時30分	妊婦さん、体操のできる服装(※)
子育て相談	5日(休)	午前9時30分～11時30分	栄養、歯科相談もできません(※)
もぐもぐ教室(離乳食前期)	19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)	11日(休)		9～10カ月児(※)
1歳児教室☆	23日(月)	午前9時45分～10時45分	1歳の誕生日児(※)
2歳児教室	13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 ☆	6日(金)	午後1時～1時45分	1歳2～3カ月児
2歳児歯科健診 ☆	20日(金)	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・持ち物など	ところ
脱メタボのための筋トレ・脳トレ実践教室	14日(土)	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〉	27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

名称	とき	集合時間	集合場所など
蒲南コースを歩こう会	2日(月)	午前9時30分	本町公園(雨天時：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	16日(月)	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	28日(土)	午前9時30分	形原公民館(雨天中止)

知っ得講座！健康情報

インフルエンザ予防接種が始まります

●予防接種対象者

- ・昭和27年10月1日以前の生まれの方10月上旬から受診票を郵送します。10月15日までに届かない方は保健センターにご連絡ください。
- ・60～64歳で医療機関で接種が必要と診断された方
保健センターへ受診票を請求してください。

接種期間 10月16日(月)～12月28日(木)

自己負担金 1,000円 ※市民税非課税世帯、生活保護世帯の方は無料

●65歳未満の市民税非課税世帯、生活保護世帯の方

接種費用のうち1,000円を助成します。印鑑・領収書(レシートは不可)・本人名義の預金通帳を持って、平成30年3月30日(金)までに保健センターへ申請してください。

●広域予防接種について～市外の病院や施設に入院・かかりつけ医がある方～

蒲都市に住民票があり、市外の病院や施設(広域予防接種協力医療機関に限る)に入院またはかかりつけ医がいる方が、市外で予防接種を受けられる制度です。

専用の予診票を発行しますので、希望の方は保健センターにご連絡ください。



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