

## 6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・18・25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)	16日(土)	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(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)	21日(休)	午前9時50分～10時	5～6カ月児(※)
カミカミ教室(離乳食後期)	13日(休)		9～10カ月児(※)
1歳児教室☆	25日(月)	午前9時45分～10時45分	1歳の誕生日児(※)
2歳児教室	8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 ☆	8日(金)	午後0時50分～1時50分	1歳2～3カ月児
2歳児歯科健診 ☆	15日(金)	午後0時50分～1時50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	9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
健康相談・栄養相談・歯科相談(予約制)	22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

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(月)	午前9時30分	本町公園(雨天時は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(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	30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

### 親子クッキング教室

とき 7月1日、8月5日 各日曜日 全2回 午前10時～午後1時

ところ 保健センター

対象 市内の小学1～4年生とその保護者

定員 18組(定員を超えた場合は抽選)

参加費 2回 1人1,000円

内容 講話「調理の基本」、調理実習と試食

持ち物 エプロン・三角巾・ふきん3枚・室内履き(お子さんのみ)・筆記用具・飲み物

申し込み 6月20日(水)までに電話、ファクス、メールでお子さんと保護者の氏名・学校名・学年・電話番号・「親子クッキング教室希望」を記入し保健センターへ。

1日目：根っこ野菜の  
クリームシチュー ほか  
2日目：和風ガパオライス ほか



### 産婦健康診査の助成が始まりました

産後のお母さんの健康管理のため、医療機関などで受ける産婦健康診査を助成します。

対象 以下の全てに該当する方

- ・市内に住民票がある
- ・平成30年4月1日以降に出産し、産後8週以内の産婦

受診券 4月1日以降に母子手帳を交付された方…妊娠届出時に母子手帳と一緒に発行します。

3月31日以前に母子手帳を交付された方…5月中旬に発送しましたので、届いていない方はお問合せください。

心身の健康保持・増進、異常の早期発見・治療、産後うつ予防のため、  
受診をおすすめします！



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