

8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・20・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(2回目)〈予約制〉	7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	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)	9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)	8日(休)		9～10カ月児(※)
1歳児教室☆	27日(月)	午前9時45分～10時45分	1歳の誕生日児(※)
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 ☆	3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 ☆	24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	4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〉	24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(雨天時)
蒲南コースを歩こう会	6日(月)	午前9時30分	生きがいセンターで室内体操
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	形原公民館(中止)

知っ得講座！健康情報

学童期の健康スクール参加者募集

メタボリックシンドロームの予防は、生活習慣を確立する子どもの頃から親子で取り組むことが効果的です。親子で生活習慣の改善に取り組んでみませんか？

対象 小学3～6年生で肥満傾向のお子さんとその親(兄弟姉妹で参加する場合はどちらかが対象であれば可)

定員 15組

参加費 無料

とき 8月25日 午前10時～午後3時

平成31年3月16日 午前10時～正午 各土曜日 全2回

内容 身体測定・生活習慣チェック、食事講話と調理実習、運動講話と実習 など

申し込み 8月15日(水)までに直接、保健センターへ。

ひきこもり家族教室

ひきこもりへの理解を深めるために、家族教室を開催します。

第1回

とき 9月10日(月) 午後2時～4時

ところ ウイズ豊川

内容 講話「ひきこもりへの家族の対応と地域支援」

第2回

とき 9月20日(木) 午後2時～4時

ところ 豊川保健所

内容 家族体験談と参加者同士の交流会

申し込み 電話、ファクスで豊川保健所健康支援課こころの健康推進グループ(☎86・3626FAX89・6758)へ。

献血を実施します

とき 8月23日(木) 午前9時30分～11時45分、午後1時～4時

ところ 市役所1階ロビー

対象 17～69歳の方(体調や条件などによってはできない場合があります)

持ち物 身分証明書(運転免許証など)



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