

保健センターからのお知らせ

8月の乳幼児健診・離乳食講習会

問合せ:保健センター ☎ 992-3170・4323

4か月児健診	9か月児健診	1歳8か月児健診	3歳4か月児健診	離乳食講習会(要予約)
受付は13:15から14:00までです。対象の方に個別通知しています。				10:00~11:30
29日(水) (30年4月生)	1日(水) (29年10月生)	22日(水) (28年12月生)	8日(水) (27年4月生)	7日(火) 初期

※9か月児健診では、歯ブラシをプレゼントしています。

※1歳8か月児健診、3歳4か月児健診では、希望者にフッ素塗布を行います。

相談名	日時	内容	問合せ
こころの相談 (要予約)	8月6日(月) 午後1時15分~4時	不安・不眠・イライラなどでお困りの方を対象とした相談	保健センター ☎992-3490
栄養相談 (要予約)	8月1日(水)、9月5日(水) いずれも午前9時~11時	子どもから大人まで栄養に関する相談	保健センター ☎992-3170
健康(育児)相談	8月1日(水)、9月5日(水) いずれも午前9時30分~11時	健康相談…血圧測定、尿検査、生活習慣病予防に関する相談 育児相談…身長、体重の測定、育児の悩みに関する相談	

Hello 😊 ベビー教室が始まります

Helloベビー教室とは、妊婦さんの日常の過ごし方、お産の心構え、赤ちゃんの育て方など、基礎的な事を学びながらママの友達づくりができる教室です。翌年には同窓会もあります。4回目は沐浴体験やお父さんのマタニティ体験もあります。

	日時
1回目	8/21(火) 13:30~16:00
2回目	8/28(火) 10:00~13:00
3回目	9/ 4(火) 13:30~16:00
4回目	9/ 8(土) 9:30~12:00

■場所/保健センター ■持ち物/母子健康手帳、筆記用具
■費用/350円(調理材料費) ■申込み・問合せ/電話で保健センターへ。

食生活改善推進員協議会主催 「食べるって大切☆作るって楽しい」お待たせしました！今年もやります親子クッキング

- 日時/9月8日(土)午前10時~午後1時
- 場所/中央公民館2階調理室
- 対象/町内在住のお子さん(幼稚園・保育園の年長の学年及び小学1~6年生)と保護者
- 定員/12組程度(申込み順)
- 持ち物/エプロン、三角巾、筆記用具
- 費用/1人につき200円(親子で400円)
- 申込み/8月31日(金)までに、電話で保健センターへ。
【メニュー】夏野菜たっぷりのキーマカレーなど

骨密度検診及び肺がん検診(町内在住の方)のお知らせ

「骨粗しょう症」とは、骨密度の低下と骨質の劣化の両方が影響し合って、骨折の危険性が高まる病気です。骨粗しょう症による骨折から、要介護状態になる方も少なくありません。

定期的に検診を受け、骨の健康度を知りましょう。合わせて肺がん検診も実施します。年1回は、肺の健康チェックをしましょう。

- 日時/10月19日(金)・22日(月)午後1時30分~4時 ■場所/保健センター
- 対象/【骨密度】町内在住の40歳以上の女性(昭和54年3月31日以前に生まれた方)
【肺がん検診】町内在住の40歳以上の方(昭和54年3月31日以前に生まれた方で、6月の集団検診を受けていない方)
- 定員/各日150人(定員になり次第締切) ■費用/骨密度検診500円 肺がん検診300円
- ※①75歳以上の方 ②住民税非課税世帯の方 ③生活保護受給者は無料になります。
②・③の方は、保健センターに事前に印かんを持参の上、申請してください。
③の方は、生活保護受給者証も持参してください。
- 申込み/8月20日(月)から電話で保健センターへ。
- その他/骨密度検診はかかとの骨で測定するので、素足になりやすい服装でお越しください。

広告

「気軽にノルディックウォーキング」(8月)

◆日時/8月29日(水)午前9時30分~10時45分 ◆場所/中央公民館(102会議室へ集合)
◆費用/無料 ◆申込み/ボール貸出しを希望する方は、保健センターにお申し込みください。