

健康ガイド

母子健康手帳交付

対 象 妊婦さん
 受付日時 毎週木曜日 午前9時～11時30分
 場 所 保健センター

1歳すくすく教室

対 象 平成30年11月生まれのお子さん
 日 時 12月19日(木) 午前10時～11時30分
 場 所 保健センター
 内 容 食事・おやつの話、試食、絵本の読み聞かせ
 定 員 12人(先着順)
 持 ち 物 母子健康手帳、筆記用具、お子さん用のお茶
 締 切 12月17日(火)

4カ月児健診

対 象 ①令和元年7月後半生まれ
 ②令和元年8月前半生まれ
 期 日 ①12月10日(火) ②12月17日(火)
 受付時間 午後0時45分～1時
 場 所 保健センター
 ※対象者には、事前に案内を送付します。

1歳6カ月児健診

対 象 平成30年5月生まれ
 期 日 12月11日(水)・13日(金)
 受付時間 午後0時45分～1時
 場 所 保健センター

3歳児健診

対 象 平成28年11月生まれ
 期 日 12月20日(金)・24日(火)
 受付時間 午後0時45分～1時
 場 所 保健センター

2歳児歯科健診

対 象 平成29年11月生まれ
 期 日 12月6日(金)・9日(月)
 受付時間 午後0時45分～1時
 場 所 保健センター

※対象者には、事前に案内を送付します。
 ※希望者にはフッ化物塗布を行います。(無料)
 歯ブラシ、コップ、汚れてもよいタオルを必ずお持ちください。

フッ化物塗布(予約制)

対 象 平成27年11月生まれ、平成28年5月生まれ
 平成29年5月生まれ
 期 日 12月19日(木)
 受付時間 午前9時15分～10時15分
 場 所 保健センター
 持 ち 物 母子健康手帳、歯ブラシ、コップ、汚れてもよいタオル
 締 切 12月17日(火)

健康相談・禁煙相談

対 象 市民 ※予約優先
 日 時 12月18日(水) 午後1時15分～2時30分
 場 所 保健センター
 内 容 血圧測定、尿検査
 ※禁煙相談を希望する方は、事前に電話で申し込みください。
 相談日以外でも、受け付けています。

マタニティクラス

対 象 妊婦さん
 日 時 12月26日(木) 午後1時30分～3時30分
 場 所 保健センター
 内 容 歯科健診、ブラッシング指導、妊娠中の食事のポイント(スイーツの試食付)、アロマが香る中でストレッチ
 持 ち 物 母子健康手帳、歯ブラシ、筆記用具
 締 切 12月19日(木)

乳幼児健康相談・食事相談・みそ汁の塩分測定

対 象 市民
 日 時 12月18日(水) 午前9時30分～11時
 12月23日(月) 午前9時30分～11時
 午後1時～2時30分
 場 所 保健センター
 相 談 員 保健師、管理栄養士
 ※みそ汁の塩分測定を希望の方は、当日朝のみそ汁を50ml程お持ちください。

パパママクラス

対 象 妊婦さんと夫
 日 時 12月15日(日) 午後1時～4時
 場 所 保健センター
 内 容 助産師による出産のお話、ペアストレッチ、助産師の個別相談、お風呂の入れ方の実習、お父さんの妊婦体験
 持 ち 物 母子健康手帳
 締 切 12月13日(金)

ママとベビーのリフレッシュ教室

対 象 生後1～4カ月の赤ちゃんとお母さん
 日 時 12月12日(木) 午後1時15分～3時30分
 場 所 保健センター
 内 容 ベビーマッサージ、お母さん同士の交流会、発育測定、育児相談
 持 ち 物 パスタオル、タオル2枚、母子健康手帳、赤ちゃんの水分補給のお茶 など
 締 切 12月10日(火)



こころの健康相談

対 象 不眠、ふさぎ込む、怒りっぽい、認知症などでお悩みの方
 日 時 12月24日(火) 午後1時～3時
 場 所 東濃保健所
 備 考 要予約
 東濃保健所(☎23)1111・内線361)
 または保健センター

休日急病診療所 ※事前に問い合わせの上、受診してください。

診 療 科 内科・小児科
 場 所 駄知町1272-5 (駄知診療所併設☎59)1500)
 ※急病の際の医院照会は、救急医療情報センター(☎55)3799)へ。

●現在薬を飲んでいる方は、その名前や効果などを記入した用紙(お薬手帳など)をお持ちください。

12月の診療日 1日(日)、8日(日)、15日(日)、22日(日)、29日(日)、30日(月)
 受 付 時 間 午前9時～11時30分、午後1時～5時30分