

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

乳幼児健康相談・食事相談・みそ汁の塩分測定

対象 乳幼児の保護者、市民
 日時 3月24日(金) 午前10時～11時30分
 3月27日(月) 午前10時～11時30分
 午後1時30分～3時

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する方は、当日朝の「みそ汁」を50ml程お持ちください。

1歳すくすく教室

対象 平成28年2月生まれのお子さん
 日時 3月16日(木) 午前10時～11時30分
 場所 保健センター
 定員 12人(先着順)
 内容 食事・おやつの話、試食、絵本の読み聞かせ
 持ち物 母子健康手帳、筆記用具、お子さん用のお茶
 締切 3月14日(火)

4か月児健診

対象 ①平成28年10月16日～31日生まれ
 ②平成28年11月1日～15日生まれ
 期日 ①3月14日(火) ②3月21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か月児健診

対象 平成27年8月生まれ
 期日 3月8日(水)・10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26年2月生まれ
 期日 3月17日(金)・28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27年2月生まれ
 期日 3月6日(月)・13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。
 ※希望する方には、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お持ちください。

健康相談・禁煙相談

対象 市民 ※予約優先
 日時 3月8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。

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 3月28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362)
 または保健センター

プレママクラス

対象 妊婦さん
 日時 3月15日(水) 午前10時～午後1時
 場所 保健センター
 内容 育児の体験(抱っこやおむつ替えなど)、ベビーグッズの体験、子育てについて
 栄養いっぱいランチ付き(簡単な実習)
 持ち物 母子健康手帳、エプロン、三角巾、筆記用具
 締切 3月8日(水)
 参加費 200円

パパママクラス

対象 妊婦さんと夫
 日時 3月12日(日) 午後1時～4時
 場所 保健センター
 内容 出産時の呼吸法、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 3月10日(金)

ママとベビーのリフレッシュ教室

対象 生後1～4か月の赤ちゃんとお母さん
 日時 3月9日(木) 午後1時15分～3時30分
 場所 保健センター
 定員 10組(先着順)
 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 3月7日(火)

もぐもぐ離乳食教室

対象 4か月児健診を受けたお子さんの保護者
 日時 3月29日(水) 午後1時～3時30分
 場所 保健センター
 定員 20人 ※先着10人まで託児可
 持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具
 締切 3月27日(月)

フッ化物塗布(予約制)

対象 平成25年2月生まれ 平成25年8月生まれ
 平成26年8月生まれ
 期日 3月9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
 料金 無料
 締切 3月7日(火)

歯科相談

対象 市民
 日時 3月15日(水) 午後1時15分～2時30分
 場所 保健センター
 内容 歯科健診、相談、歯磨き指導
 締切 3月13日(月)

休日急病診療所

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

●現在お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)を持参してください。

3月の診療日 5日(日)・12日(日)・19日(日)・20日(月・祝)
 26日(日)
 受付時間 午前9時～11時30分、午後1時～5時30分