

## 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 12月21日(水) 午前10時～11時30分  
12月26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27年11月生まれのお子さん  
日時 12月15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13日(火)

## 4か月児健診

対象 ①平成28年7月16日～31日生まれ  
②平成28年8月1日～15日生まれ  
期日 ①12月13日(火)  
②12月20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5月生まれ  
期日 12月9日(金)・14日(水)  
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25年11月生まれ  
期日 12月16日(金)・27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26年11月生まれ  
期日 12月5日(月)・12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。

## 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☎☎1500)  
※急病の際の医院照会は、救急医療情報センター(☎☎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。

12月の診療日 4日(日)・11日(日)・18日(日)・23日(金・祝)  
25日(日)・31日(土)  
受付時間 午前9時～11時30分、午後1時～5時30分

## マタニティクラス

対象 妊婦さん  
日時 12月22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15日(木)

## パパママクラス

対象 妊婦さんと夫  
日時 12月11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 12月9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 12月8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 バスタオル、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6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 12月21日(水) 午後1時～3時30分  
場所 保健センター  
定員 20人(先着順) ※先着10人まで託児可能  
持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具  
締切 12月19日(月)

## フッ化物塗布(予約制)

対象 平成24年11月生まれ  
平成25年5月生まれ  
平成26年5月生まれ  
期日 12月8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6日(火)

## 健康相談・禁煙相談

対象 市民 ※予約優先  
日時 12月8日(木) 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  
※禁煙相談をご希望の方は、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  
期日 12月20日(火)  
時間 午後1時～3時  
場所 東濃保健所  
備考 要予約  
東濃保健所(☎☎1111・内線362)または保健センター

