



1月の健康カレンダー



	日	内容・対象者	受付時間	実施場所	
母	5(金)	1歳6カ月児健診(平成17年7月1日~15日生まれの幼児)	12:15~12:45	十和田市 保健センター (☎ ²⁵ 1181)	
	10(水)	BCG予防接種(生後3カ月~6カ月未満の乳児)	13:30~14:15		
	12(金)	4カ月児健診(健診日までに満4カ月に達する乳児)	12:15~12:45		
	16(火)	3歳6カ月児健診(平成15年7月生まれの子)	12:15~12:45		
	17(水)	母親教室	12:50~13:20		
	19(金)	1歳6カ月児健診(平成17年7月16日~31日生まれの幼児)	12:15~12:45		
	25(木)	2歳6カ月児健診(平成16年7月生まれの子)	12:15~12:45		
	26(金)	4カ月児健診(健診日までに満4カ月に達する乳児)	12:15~12:45		
子	<p>▷母子健康手帳・バスタオルを持参してください。</p> <p>▷4カ月児健診ではブックスタート(絵本の手渡しと読み聞かせ)を行っています。</p> <p>▷1歳6カ月児健診、2歳6カ月児健診時には、歯ブラシを持参してください。</p> <p>▷1歳6カ月児健診、2歳6カ月児健診の間診票を事前に必要かたは、保健センターにお問い合わせください。</p> <p>▷乳幼児健診では事前に番号札を出していません。お子さんと一緒に受け付けになりますのでご注意ください。</p> <p>▷出生届を提出したときに配布している「こどもすこやか手帳」に入っている、各乳幼児健診・予防接種の間診票に記入し、母子手帳と一緒に必ず持参してください。(旧十和田市区域では平成16年4月2日以降、旧十和田湖町区域では平成17年1月1日以降に生まれたお子さんに配布しています)</p>				
	成人・老人	10(水)	エイズに関する相談	13:00~14:00	上十三保健所 (☎ ²³ 4261)
		16(火)	心の保健相談(精神・神経・飲酒などの相談)	13:00~14:00	
		24(水)	エイズに関する相談	13:00~14:00	
	女性	16(火)	女性健康相談(思春期・妊娠・避妊・不妊症・婦人科疾患・更年期障害などについて)	10:00~10:30	

離乳食ふれあい教室に参加してみませんか

「離乳食って何から始めていいの?」「量や形の目安がよく分からない」こんな不安をもっていませんか?

調理実習や、参加者との交流を通じて、楽しい離乳食づくりをしてみませんか?

対象 開催日に満6カ月~8カ月になるお子さんと保護者

とき 2月7日(水)
受付 午前9時30分~9時45分
相談 午前9時45分~正午

ところ 十和田市保健センター

内容 ▷計測、個別相談
▷離乳食の調理実習と試食

定員 15人(先着順)

持ち物 母子健康手帳、
大人用・子ども用エプロン、
おしぼり、おんぶひも

参加料 無料

※お子さんを託児します。

申込期間 1月9日~15日



両親学級へ参加しよう

おなかの中で赤ちゃんが育つ約40週(10カ月)の間は、お父さん、お母さんへと成長するための大切な準備期間です。この貴重な10カ月の間にパートナーと妊娠中のことや産後のこと、子育ての基礎知識を学びましょう。

対象 妊娠中のご夫婦(先着16組)

とき 2月8日(木)
午後6時~8時30分

ところ 十和田市保健センター

内容

- ▷講話「妊娠、出産、育児の心構え、両親の役割、赤ちゃんの保育」
- ▷体験学習 妊婦疑似体験、赤ちゃんの抱き方、お風呂の入れ方など

受講料 無料

申込期間 1月10日~26日

