



# 母子

# 11月の健康カレンダー

実施場所 市保健センター(☎251181)

内 容	対 象	とき・受付時間	備 考
4 カ月児健診	健診日までに満4 カ月になる乳児	18日(火) 12:15~12:45	▷母子手帳を持参してください。 ▷4 カ月児健診では、バスタオルを持参してください。また、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。
1 歳6 カ月児健診	平成19年5 月生まれの幼児	19日(水) 12:15~12:45	▷1 歳6 カ月児健診、2 歳6 カ月児健診、3 歳6 カ月児健診時には、歯ブラシを持参してください。 ▷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。
2 歳6 カ月児健診	平成18年5 月生まれの幼児	14日(金) 12:15~12:45	▷乳幼児健診・予防接種の問診票(問診票は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」に入っています。)を記入し、母子手帳と一緒に必ず持参してください。なお、1 歳6 カ月児健診、2 歳6 カ月児健診の問診票を事前に必要な方は、市保健センターにお問い合わせください。
3 歳6 カ月児健診	平成17年5 月生まれの幼児	4 日(火) 12:15~12:45	▷ポリオ予防接種では、午前11時30分から番号札を出しています。
ポリオ予防接種	生後3 カ月~7 歳6 カ月未満の乳幼児	20日(木) 13:30~14:30	※平成20年4 月から、4 カ月児・1 歳6 カ月児健診は月1 回になっていますので日程を確認の上、受診してください。 ※母子手帳の交付は、市保健センターで行っています。



## 成人 高齢者

実施場所 上十三保健所(☎234261)


内 容	対 象	とき・受付時間
エイズに関する相談	一般のかた	12日(水)・19日(水) 13:00~14:00
C型肝炎検査	一般のかた	19日(水) 10:30~11:30
心の保健相談	心の悩みや病気に関する相談を希望するかた	26日(水) 13:00~14:00



## 女性

実施場所 上十三保健所(☎234261)

内 容	対 象	とき・受付時間
女性健康相談	思春期や不妊、更年期障害などにお悩みのかた	18日(火) 10:00~10:30



### さわやか健康講座 第7回がんシリーズ②

「がんの痛みと緩和ケア~楽に生きるための知恵」


年10回開催のこの講座は、運動、栄養、病気の予防など健康づくりに関連するテーマを毎回替えて実施するものです。皆さんの健康づくりにお役立てください。

対 象 市民のかた  
と き 11月21日(金)  
午後1時30分~3時

※受け付けは、午後1時から1時30分までです。

ところ 市保健センター  
講 師 市立中央病院  
院長 蘆野 吉和

申し込み・問い合わせ先 市保健センター(☎251181)



### 郷土料理に親しもう 豆しとぎを一緒に作りませんか


「豆しとぎ」は、豆と米粉を使ったヘルシーな郷土のおやつです。

と き 11月19日(水)  
午前10時~正午

ところ 市保健センター  
講 師 ボランティアサークル「豆しとぎ会」

定 員 15人(先着順)  
費 用 300円(材料代)

申し込み・問い合わせ先 市保健センター(☎251181)



### 長期療養児の療育相談

長期療養を要する児童(乳幼児を含む)や家族の疾病に対する不安や悩みを解消するため、小児科医師による相談や助言を行います。

対 象 ①小児慢性特定疾患(悪性新生物や慢性腎疾患、慢性呼吸器疾患など)で、治療中の児童や家族、②長期にわたって療養を必要とする児童(未熟児養育医療、育成医療等を受給している児童)や家族

と き 11月21日(金)  
受け付け:午後1時~2時

※11月14日までに予約が必要です。

ところ 上十三保健所(無料)  
担当医 市立中央病院 診療部長 小田 誠

申し込み先 上十三保健所(☎234261)