



## 母子

# 12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	16日(火) 12:15~12:45	▷母子健康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、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。 ▷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、母子健康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たは、市保健センターにお問い合わせください。 ▷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。 ※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。 ※母子健康手帳の交付は、市保健センターで行っています。
1歳6カ月児健診	平成19年6月生まれの幼児	17日(水) 12:15~12:45	
2歳6カ月児健診	平成17年6月生まれの幼児	4日(木) 12:15~12:45	
3歳6カ月児健診	平成17年6月生まれの幼児	2日(火) 12:15~12:45	
ポリオ予防接種	生後3カ月~7歳6カ月未満の乳幼児	3日(水) 13:30~14:30	
母親教室	妊婦	18日(木) 12:50~13:20	



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	3日(水)・17日(水) 13:00~14:00
C型肝炎検査	一般のかた	17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	17日(水) 13:00~14:00



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	16日(火) 10:00~10:30



## さわやか健康講座

### 第8回 歯周病を予防しよう

~おやつ・タバコの歯周病への影響~

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 12月18日(木)

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 北村歯科医院

院長 北村 裕昭

—— 申し込み・問い合わせ先 市保健センター(☎251181) ——



## 「栄養相談」のお知らせ

生活習慣病を予防し食生活を見直すために、自分にあった生活習慣の改善方法を管理栄養士と一緒に考えてみませんか。

対 象 生活習慣病予防のために食生活を見直したいかた  
 ※治療中のかたは医師の了解を得てお申し込みください。

と き 12月15日(月)

21年1月19日(月)

午前9時30分~午後3時

ところ 市保健センター

定 員 4人(先着順)



## 「療育相談」のお知らせ

対 象 発育や発達について心配のあるお子さん(首すわり・おすわり、歩き始めが遅い気がする、歩き方がおかしい気がするなど)

と き 12月10日(水)

継続のかた：午前9時30分~10時30分受付

新規のかた：午前10時30分~11時受付

ところ 上十三保健所

費 用 無料

相談に応じる医師

県立はまなす医療療育センター

園長 盛島 利文

問い合わせ先 上十三保健所(☎234261)