



母子

2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	17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かたは、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8月生まれの幼児	18日(水) 12:15~12:45	
2歳6カ月児健診	平成18年8月生まれの幼児	12日(木) 12:15~12:45	
3歳6カ月児健診	平成17年8月生まれの幼児	10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	19日(木) 13:30~14:30	

成人・高齢者 実施場所 上十三保健所(☎234261) **女性** 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	4日(水)・18日(水) 13:00~14:00
C型肝炎検査	一般のかた	18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	18日(水) 13:00~14:00

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	17日(火) 10:00~10:30



さわやか健康講座


第10回 聞いて納得! お酒の飲みすぎの害

~家族を健康障害から守るコツ~

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 2月17日(火)
午後1時30分~3時

※受付は午後1時から1時30分までです。
ところ 十和田湖保健センター(無料)
講 師 上十三保健所
所長 反町 吉秀



両親学級に


参加しましょう

おなかの中で赤ちゃんが育つ約10カ月の間に、妊娠中や産後のこと、子育ての基礎知識を学びましょう。

対 象 妊娠中の夫婦(先着24組)
と き 2月19日(木)
午後6時~8時30分
ところ 市保健センター(無料)

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「妊娠疑似体験、赤ちゃんの抱き方、お風呂の入れ方など」

申込締め切り日 2月17日



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 2月25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(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)