

保健センターのお知らせ



5月の乳幼児健診・離乳食講習会

問合せ：保健センター ☎ 992-3170・4323

4か月児健診	9か月児健診	1歳8か月児健診	3歳4か月児健診	離乳食講習会(要予約)
受付は13:15から14:00までです。対象の方には個別通知しています。				10:00～11:30
25日(水) (28年1月生)	9日(月) (27年7月生)	18日(水) (26年9月生)	11日(水) (25年1月生)	13日(金) 中期・後期

※9か月児健診では、歯ブラシをプレゼントしています。

※1歳8か月児・3歳4か月児健診では、希望者にフッ素塗布を行います。

初夏の母親学級が始まります

母親学級とは、妊婦さんの日常の過ごし方、お産の心構え、赤ちゃんの育て方など、基礎的な事を学びながらママの友達づくりができる教室です。

4回目は沐浴体験やお父さんのマタニティ体験もあります。翌年には同窓会もあります。

	日時
1回目	5/10(火) 13:30～16:00
2回目	5/17(火) 10:00～13:00
3回目	5/24(火) 13:30～16:00
4回目	5/28(土) 9:30～12:00

■場所/保健センター

■持ち物/母子健康手帳、筆記用具

■費用/350円(調理材料費)

■申込み・問合せ/電話で保健センター



「体の声に耳を傾けていますか？」 ～特定健診・がん検診を受けましょう～

特定健診は、腹囲や血液データにより血管へのダメージを予測します。血圧・脂質(中性脂肪・HDL コレステロール)・血糖のわずかな異常値でも複数組み合わせると脳卒中や心臓病などのリスクが一段と高くなるメタボリックシンドロームに着目しています。

がんは、今や誰もがかかる可能性がある身近な病気です。2人に1人がかかると言われていています。早期のがんは自覚症状がほとんどないため、がん検診の受診が有効です。健(検)診を受けてご自身の健康状態を確認しましょう。



麻しん風しん予防接種の重点期間です

4月～6月は麻しん風しん予防接種の重点期間です。現在、1期(1歳～2歳未満児)、2期(就学前1年前の児：幼稚園等の年長児)の方に予診票をお送りしています。麻しんは春季に流行し感染力が強く、症状が重く合併症が怖い病気です。未接種の方は早めの接種をお勧めします

5月・6月の「気軽にノルディックウォーキング」参加者募集

◎5月25日(水)・6月22日(水)

いずれも午前9時30分～10時30分

◎場まつぶし緑の丘公園(レクチャーホールへ集合)

◎定各回50名(申込み順)

◎費無料(ノルディックウォーキングポール無料貸出あり)

◎申・問参加者は保健センターで参加登録が必要です。登録後、各回ごと保健センターにお申し込みください。

広告

