

保健センターのお知らせ

問合せ 保健センター ☎992-3170

11月の乳幼児健診・離乳食講習会・各種相談

☎ 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。対象の方に個別通知しています。				10:00~11:30
27日(水) (令和元年7月生)	13日(水) (平成31年1月生)	6日(水) (平成30年3月生)	20日(水) (平成28年7月生)	12日(火) 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か月児健診、3歳4か月児健診では、希望者にフッ素塗布を行います。

相談名	日時	内容	問合せ
こころの相談 (要予約)	11/11(月)9:15~11:00	不安・不眠・イライラなどでお困りの方を対象とした相談	保健センター ☎992-3490
栄養相談 (要予約)	11/13(水)、12/4(水) いずれも9:00~11:00	子どもから大人まで栄養に関する相談	保健センター ☎992-3170
健康(育児)相談	11/13(水)、12/4(水) いずれも9:30~11:00	健康相談…血圧測定、尿検査、生活習慣病予防に関する相談 育児相談…身長、体重の測定、育児の悩みに関する相談	

Hello 😊 ベビー教室が始まります

	日 時
1回目	11/26(火) 13:30~16:00
2回目	12/ 3(火) 10:00~13:00
3回目	12/10(火) 13:30~16:00
4回目	12/14(土) 9:30~12:00

●保健センター ●母子健康手帳、筆記用具
●調理実習代 350円 ●電話で保健センターへ。
※4回目は沐浴実習やマタニティ体験ができます。
お父さん、おじいちゃん、おばあちゃんのご参加も
お待ちしております！

食生活改善推進員協議会 骨太クッキング参加者募集

●11月21日(木) 10:00~13:00
●場保健センター 調理室 ●町内在住の方
●定18名(申込み順) ●費400円
●持エプロン、三角巾
(バンダナ等)、筆記用具
●申・問11月15日(金)
までに電話で保健センターへ。



こころの健康講座

「こころのスキルアップを図ろう！」
～ストレスの理解とこころの健康～

心の健康を保つには、ストレスやこころのメカニズムについて正しく理解することが大切です。

日々の生活で感じるストレスやこころの不調と上手に関わっていくにはどうしたらよいか一緒に考えてみましょう。

●12月3日(火) 14:00~15:45
●場役場第二庁舎 3階301会議室
●町内在住、在勤の方
●定60名(先着順) ●費入場無料
【講師】大妻女子大学准教授 山蔦 圭輔氏
●申・問11月5日(火)から保健センターへ(電話申込み可)。

献血にご協力ください

輸血を必要とする患者さんのために、ご協力をお願いします。今回は200ml、400ml献血です。

●11月21日(木) 9:30~12:00
●場役場本庁舎 1階ロビー
●持献血カード、運転免許証等
本人確認が出来るもの



クリスマス会

●12月16日(月)
10:00~12:00
●場保健センター
●内手型・写真・おやつ・リース作りなど。サンタさんも来ます！
●対・定乳幼児と保護者 20組
●費無料
●申・問11月5日(火)から保健センターへ。

