





# けんこう


**保健センター** 〒359-0025 上安松 1224-1  
 ☎2991-1811 FAX 2995-1178

★保健センターで実施する事業 ●☎印…保健センターへ電話予約（番号は正確に／FAX 不可）

事業名	日時・内容等
両親学級 (予約制)	<p>▶とき：3月12日(土)午前9：30～正午（開始15分前から受付）▶対象：平成23年7月～9月に産予定の初産婦とパートナー。ただしパートナーと参加できる方に限ります。（住民登録をしている方）▶内容：沐浴実習、パートナーとできる妊婦体操等実技、ビデオ視聴▶定員：申し込み先着30組▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、バスタオル ●☎3月3日(木)～</p> 
3か月児 1歳6か月児 3歳児 健康診査	<p>▶健康診査日の2週間前までに、対象児の保護者あてに通知を郵送します。転入等で通知を受け取っていない場合は、保健センターへ連絡してください。                  ◎3歳児健康診査は3歳3か月時に実施します。</p>
乳幼児 健康相談 (予約制)	<p>▶とき：《離乳食》3月7日(月)午前中（グループでも参加可）《食事》3月28日(月)午前中《歯科》3月4日(金)午前中▶定員：いずれも申し込み先着3人▶持ち物：母子健康手帳（歯科相談は歯ブラシ） ●☎3月1日(火)～</p>
離乳食教室 (ごっくん期) (予約制)	<p>▶とき：4月18日(月)午前10：00～11：30（開始15分前から受付）▶対象：平成22年10月・11月生まれの乳児とその保護者（住民登録をしている方）▶内容：栄養士・歯科衛生士の講話▶定員：申し込み先着50組▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、バスタオル ●☎3月3日(木)～</p> 
離乳食教室 (もぐもぐ期) (予約制)	<p>▶とき：4月14日(木)午前10：00～11：30（開始15分前から受付）▶対象：平成22年8月・9月生まれの乳児とその保護者（住民登録をしている方）▶内容：栄養士の講話、試食ほか▶定員：申し込み先着30組▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、お手ふき、スプーン ●☎3月3日(木)～</p>
離乳食教室 (はくはく期) (予約制)	<p>▶とき：4月25日(月)午前10：00～11：30（開始15分前から受付）▶対象：平成22年1月・2月生まれの幼児とその保護者（住民登録をしている方）▶内容：栄養士・歯科衛生士の講話▶定員：申し込み先着25組▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、お手ふき、飲み物（さ湯または麦茶）、歯ブラシ ●☎3月10日(木)～</p>
2歳児 歯科 健康教室 (予約制)	<p>▶とき：4月4日(月)、26日(火)いずれも午後0：50～1：10（受付）▶対象：平成20年9月・10月生まれの幼児（住民登録をしている方）▶内容：歯科診察、栄養指導、歯みがき指導、フッ化物塗布ほか▶定員：いずれも申し込み先着50人 ●☎3月4日(金)～</p> 
BCG 接種	<p>▶とき：4月21日(木)午前9：30～10：30、午後1：30～2：30（受付）▶対象：平成23年1月生まれの乳児▶持ち物：母子健康手帳、体温計、予診票（会場にも用意してあります）                  ◎対象者には事前に実施日を通知します。また、上記対象者以外で生後6か月未満の未接種の方も接種できます。会場へ直接お越しください。</p>
ポリオ	<p>▶とき：4月11日(月)、12日(火)、13日(水)、14日(木)、15日(金)、18日(月)いずれも午後1：30～2：30（受付）▶対象：平成22年1月から6月生まれの乳幼児▶持ち物：母子健康手帳、体温計、予診票（会場にも用意してあります）                  ◎対象者には事前に実施日を通知します。また、上記対象者以外で生後3か月以上90か月未満の未接種の方も接種できます。会場へ直接お越しください。</p>
成人 健康相談 (予約制)	<p>《健康相談》▶とき：3月2日(火)、16日(水)いずれも午前中▶内容：病気の予防、療養方法、食事、運動などのさまざまな健康についての相談《歯科相談》▶とき：毎週火曜日午前中▶内容：歯周病予防、入れ歯の手入れの方法等《栄養相談》▶とき：毎週木曜日午前中▶内容：生活習慣病予防、バランスの良い食事等《気になる血糖値相談》▶とき：3月14日(月)、28日(月)いずれも午前中▶内容：糖尿病の予防、食事・運動などの生活習慣の見直し等《リハビリ相談》▶とき：3月11日(金)、25日(金)いずれも午前中▶内容：股・ひざ関節痛予防、腰痛予防、身体機能・歩行能力維持・改善のためのリハビリ等 ●☎3月1日(火)～</p>

事業名	日時・内容等
健診結果 相談 (予約制)	<p>▶とき：3月14日(月)、18日(金)、22日(火)いずれも午前9：30～、午前10：45～▶対象：特定健診を受けた方で生活習慣病の治療を受けていない方▶内容：健診結果に関する個別相談（1人約60分）▶相談員：保健師、管理栄養士▶持ち物：健診結果票、健康手帳（お持ちでない方には当日配布）                  ◎健診の結果が出てからお申し込みください。 ●☎3月1日(火)～</p>
とことろ21 栄養教室 (予約制)	<p>▶とき：4月27日(水)午前9：30～午後0：30▶対象：おおむね64歳以下の方▶テーマ：脂質異常症予防の食事▶内容：講話「血管をつまらせない食事」、簡単な調理実習▶定員：申し込み先着36人（初めての方を優先）▶費用：500円▶持ち物：エプロン・三角きん ●☎3月1日(火)～</p>
優しい 健康食 教室 (予約制)	<p>▶とき：4月19日(火)、20日(水)いずれも午前9：30～午後0：30（食事相談は午後0：30～）▶対象：おおむね65歳以上の方▶テーマ：上手な脂肪のとり方▶内容：講話「血管をつまらせない食事」、簡単な調理実習、食事相談▶定員：申し込み先着36人▶費用：500円▶持ち物：エプロン・三角きん ●☎3月1日(火)～</p> 
結核検診	<p>▶とき：3月14日(月)午後1：00～2：00▶対象：15歳以上で勤務先等で胸部X線検査を受ける機会のない方                  ◎希望者は会場へ直接お越しください。</p>

★市役所・公民館等で実施する事業

事業名	日時・内容等
乳幼児 健康相談	<p>▶とき／ところ：▷4月7日(木)／山口公民館▷4月13日(水)／並木公民館▷4月20日(水)／柳瀬公民館▷4月28日(木)／三ヶ島公民館いずれも午前9：30～10：30（受付）▶内容：身体計測、保健師・栄養士・歯科衛生士による健康相談▶持ち物：母子健康手帳                  ◎希望者は会場へ直接お越しください。駐車場が狭いため、車の来場はご遠慮ください。</p>
出張成人 健康相談	<p>▶とき／ところ：▷3月1日(火)、4月5日(火)いずれも午後1：30～3：30／狭山ヶ丘コミュニティセンター▷3月9日(水)、4月13日(水)いずれも午後1：30～3：30／山口公民館▷3月23日(水)午前9：30～午後0：30／富岡公民館▶内容：個別相談（食事や運動の方法・検査値の見方・歯周病の予防等）、血圧・体脂肪測定▶相談員：保健師、栄養士、歯科衛生士（富岡公民館は保健師・栄養士のみのみ）                  ◎希望者は会場へ直接お越しください。</p> 
おしゃべり 健康サロン	<p>▶とき／ところ：3月9日(水)、4月13日(水)いずれも午前10：00～正午（開始20分前から受付）／山口公民館▶内容：血圧・体脂肪測定・健康ワンプポイント勉強会                  ◎希望者は会場へ直接お越しください。</p>
献血	<p>▶とき：3月30日(水)午前10：00～正午、午後1：00～4：00▶ところ：市役所1階市民ホール                  ◎希望者は会場へ直接お越しください。</p>

★訪問等で実施する事業

事業名	内容等
新生児訪問 妊産婦訪問	<p>▶対象：新生児、妊産婦▶内容：保健師、助産師による保健相談、子育て支援に関する情報提供等▶申し込み：新生児訪問および妊産婦訪問をご希望の方は、保健センターへ電話または母子健康手帳に添付の「出生連絡票」を保健センターへ郵送してください。市役所1階市民課でも投かんできます。</p>
こんにちは 赤ちゃん訪問	<p>▶対象：おおむね生後2か月の乳児▶内容：保健師、看護師による保健相談、子育て支援に関する情報提供等                  ◎新生児訪問等を実施した家庭を除き、すべての家庭を訪問します。</p>
訪問による 相談	<p>▶家庭での療養方法・介護家族の健康管理、生活習慣病予防、リハビリ方法等について、保健師・理学療法士・栄養士・歯科衛生士等が訪問しご相談に応じています。</p>

◆保健センターでは、「リハビリ教室」「リハビリ交流会」「失語症者のつどい」を行っています。事前に電話でご相談ください。◆