



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…保健センターへ予約 (番号は正確に/FAX 不可)

事業名	日時・内容等
母親学級 基礎 5月コース (全3回) (予約制)	▶とき：5月7日(月)・14日(月)午後1：15～4：00、31日(木)午前9：45～午後1：00 (いずれも開始15分前から受付) ▶対象：平成24年8月～10月に出産予定の初産婦 (住民登録をしている方) とパートナー ▶内容：妊娠中の保健と生活 (栄養講話を含む)、新生児の保育、もく浴実習、調理実習等 ▶定員：申し込み先着40人 ▶費用：500円 (調理実習材料費) ▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、5月14日(月)はバスタオル ●☎4月3日(火)～
母親学級 歯科 5月コース (予約制)	▶とき：5月28日(月)午後1：15～3：15 (開始15分前から受付) ▶対象：平成24年8月～10月に出産予定の初産婦、経産婦 (住民登録をしている方) ▶内容：歯科健診、ブラッシング指導等 ▶定員：申し込み先着40人 ▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、歯ブラシ、コップ、タオル ●☎4月3日(火)～
両親学級 (予約制)	▶とき：4月23日(月)午前9：30～正午 (開始15分前から受付) ▶対象：平成24年7月～10月に出産予定の初産婦 (住民登録をしている方) 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。▶内容：もく浴実習、パートナーとできる妊婦体操の実技、ビデオ視聴 ▶定員：申し込み先着24組 ▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、バスタオル ●☎4月3日(火)～
4か月児 1歳6か月児 3歳児 健康診査	▶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。
乳幼児 健康相談 (予約制)	▶とき：《離乳食》4月11日(水)午前中 (グループでも参加可) 《食事》4月23日(月)午前中 《かみかみ期 (9か月～11か月児)》4月13日(金)午前中 《歯科》4月18日(水)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 (かみかみ期相談、歯科相談は歯ブラシ) ●☎4月2日(月)～
離乳食教室 (ごっくん期) (予約制)	▶とき：5月10日(木)・21日(月)いずれも午前10：00～11：30 (開始15分前から受付) ▶対象：平成23年11月・12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、試食等 ▶定員：いずれも申し込み先着30組 ▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、バスタオル、お手ふき、スプーン ●☎4月5日(木)～
離乳食教室 (もぐもぐ期) (予約制)	▶とき：5月18日(金)午前10：00～11：45 (開始15分前から受付) ▶対象：平成23年9月・10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、試食等 ▶定員：申し込み先着35組 ▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、バスタオル、お手ふき、スプーン ●☎4月5日(木)～
離乳食教室 (はくはく期) (予約制)	▶とき：5月22日(火)午前10：00～11：45 (開始15分前から受付) ▶対象：平成23年2月・3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、試食等 ▶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、飲み物 (さ湯または麦茶)、歯ブラシ ●☎4月5日(木)～
2歳児 歯科 健康教室 (予約制)	▶とき：5月10日(木)・30日(水)いずれも午後0：50～1：10 (受付) ▶対象：平成21年10月・11月生まれの幼児 (住民登録をしている方) ▶内容：歯科診察、歯磨き指導、フッ化物塗布、栄養・育児相談等 ▶定員：いずれも申し込み先着50人 ●☎4月4日(水)～
ポリオ	▶とき：5月15日(火)・16日(水)・17日(木)・18日(金)・21日(月)・22日(火)いずれも午後1：30～2：30 (受付) ▶対象：平成23年7月から12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。
BCG 接種	▶とき：5月31日(木)午前9：30～10：30、午後1：30～2：30 (受付) ▶対象：平成24年2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。
成人 健康相談 (予約制)	《健康相談》▶とき：4月4日(水)・18日(水)いずれも午前中 ▶内容：生活習慣病の予防や健診結果の見方、医療のかかり方、更年期の悩み等 《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：生活習慣病の予防、バランスの良い食事等 《気になる血糖値相談》▶とき：4月9日(月)・23日(月)いずれも午前中 ▶内容：血糖値が高めの方の食事・運動習慣の見直し等 《リハビリ相談》▶とき：4月13日(金)・27日(金)いずれも午前中 ▶内容：ひざ・股関節・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 ●☎4月2日(月)～

事業名	日時・内容等
ファミリー 食育教室 (予約制)	▶とき：5月24日(木)午前10：00～午後0：30 (開始15分前から受付) ▶対象：1歳～18歳までのお子さんの保護者 ▶テーマ：簡単にできる朝食とおやつ ▶内容：講話「昔ながらの和風朝ごはん」、簡単な調理実習 ▶定員：申し込み先着15人 (初めての方を優先) ▶費用：500円 (調理実習材料費) ▶持ち物：エプロン・三角きん・手ふきタオル◎保育があります。 ●☎4月2日(月)～
成人歯科 検診 (はがき 申込み)	▶とき：6月～10月 ▶対象者の年齢：40歳 (昭和47年4月1日～48年3月31日生)、50歳 (昭和37年4月1日～38年3月31日生)、60歳 (昭和27年4月1日～28年3月31日生)、70歳 (昭和17年4月1日～18年3月31日生) ▶内容：口腔内診査、歯科指導 ▶費用：一部負担金500円 ▶申し込み：はがきに①成人歯科検診希望②住所③氏名 (フリガナ) ④生年月日⑤年齢⑥電話番号を記入し、4月2日(月)から25日(水)までに保健センター成人保健課へ郵送 (必着) または市HP (「電子申請」をクリック) で申し込み◎検診日は5月末にご案内します。
骨粗しょう 症検診 (はがき 申込み)	▶とき：7月～10月 ▶対象者の年齢：40歳 (昭和47年4月1日～48年3月31日生)、45歳 (昭和42年4月1日～43年3月31日)、50歳 (昭和37年4月1日～38年3月31日生)、55歳 (昭和32年4月1日～33年3月31日)、60歳 (昭和27年4月1日～28年3月31日生)、65歳 (昭和22年4月1日～23年3月31日)、70歳 (昭和17年4月1日～18年3月31日) になる女性の方 (骨粗しょう症と診断された方、治療中の方を除く) ▶内容：手首の骨のX線撮影 ▶費用：一部負担金500円 ▶申し込み：はがきに①骨粗しょう症検診希望②住所③氏名 (フリガナ) ④生年月日⑤年齢⑥電話番号を記入し、4月2日(月)から25日(水)までに保健センター成人保健課へ郵送 (必着) または、市HP (「電子申請」をクリック) で申し込み◎検診日は6月中にご案内します。
結核検診	▶とき：4月16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。40歳以上で肺がん検診を受けていない、あるいは受ける予定のない方 ◎希望者は会場へ直接お越しください。
成人歯科 健康教室 (予約制)	▶とき：4月25日(水)午後1：30～3：30 ▶対象：歯周病予防について学びたい方 ▶内容：講話「知って得する歯周病予防の話」、歯科相談、口の中の自己観察、効果的な歯磨きの実習等 ▶定員：申し込み先着20人◎申し込みされた方には、事前に問診票を郵送します。 ●☎4月3日(火)～

★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	▶とき/ところ：▷5月15日(火) / 山口公民館 ▷5月17日(木) / 松井公民館 / 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、車での来場はご遠慮ください。
出張成人 健康相談	▶とき/ところ：▷4月3日(火)、5月1日(火)いずれも午後1：30～3：00 (受付) / 狭山ヶ丘コミュニティセンター ▷4月11日(水)、5月9日(水)いずれも午後1：30～3：00 (受付) / 山口公民館 ▷4月18日(水)、5月16日(水)いずれも午前9：30～正午 (受付) / 富岡公民館 ▶内容：個別相談 (食事や運動の方法、検査値の見方等)、血圧・体脂肪測定 ▶相談員：保健師、栄養士 ◎希望者は会場へ直接お越しください。
おしゃべり 健康サロン	▶とき/ところ：4月11日(水)、5月9日(水)いずれも午前10：00～正午 (開始30分前から受付) / 山口公民館 ▶内容：血圧・体脂肪測定、ストレッチ・健康ワンポイント勉強会 ◎希望者は会場へ直接お越しください。また、体操を行うので飲み物をお持ちください。

★訪問事業・相談業務等

担当課	内容等
母子保健課	▶新生児・妊産婦訪問：保健師・助産師が保健相談と子育て支援の情報をお伝えします。保健センターへ電話、または妊婦健診受診券に添付の出生連絡票を保健センターに郵送してください。 ▶こんには赤ちゃん訪問：新生児訪問等を実施したご家庭を除き、すべての生後2か月ごろの乳児を持つご家庭に、保健師・看護師が訪問し、保健相談と子育て支援情報をお伝えします。 ▶5歳児で幼稚園、保育園での健康診査を受ける機会のない方の健康や発達に関するご相談を受け付けています。
成人保健課	▶訪問による相談：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。 ▶脳卒中などによりからだに障がいをお持ちの方を対象に「リハビリ教室」「地域リハビリ交流会」「失語症者のつどい」を実施しています。参加を希望される方は、事前にお問い合わせください。

◎各業務の詳細は、お問い合わせください。