


健康課からのお知らせ

健康課 定例保健事業

項 目	対 象	日 時 ・ 受 付		内 容 ・ 持 参 品
		受 付 場 所		
乳幼児健康診査	5カ月児健康診査 平成25年8月12日生～ 平成25年10月12日生	2月12日(水) 午後1時～1時10分受付	ふれ愛センター 1階 保健センター	計測、小児科診察、育児・栄養相談、 持ち物：母子健康手帳・質問票、 アンケート
	経過観察健康診査	2月12日(水) 午後1時10分～1時20分受付	ふれ愛センター 1階 保健センター	持ち物：母子健康手帳
	2歳6カ月児健康診査 平成23年6月1日生～ 平成23年9月30日生	2月17日(月) 午後1時～1時10分受付	ふれ愛センター 1階 受付	ブラッシング指導・歯科検診フッ素塗布 (希望者のみ)、歯科・栄養育児相談 持ち物：母子健康手帳・質問票・ふいだん 使用している歯ブラシ・コップ・タオル
ヘルス相談 栄養相談	田尻町在住の方	2月14日(金) 午後1時30分～3時	ふれ愛センター 1階 相談受付	健康・栄養に関するいろいろな相談
健康大将広場	田尻町在住の成人	毎週金曜日 午前10時～11時30分 ※運動相談を併設 2月21日(金) ※栄養相談を併設 2月28日(金)	ふれ愛センター 3階 軽体育室	自転車エルゴ・ダンベル等 用意しています 持ち物： 上靴、飲み物(水分 補給用)、タオル、運動しやすい服装
こころとからだの 相談 (要予約)	田尻町在住の方	予約、お問い合わせは健康課へ (電話申し込み可)	ふれ愛センター 1階 受付	気分が沈む、やる気が起こらない、 ストレスが多いと感じるなど…様々な心の 相談を臨床心理士がお受けします。

健康運動指導士による運動教室!! **日 時** 2月21日(金) 午前10時～正午
①午前10時～11時30分 運動教室の実施
②午前11時～正午 個別運動プログラム相談
(健康運動指導士が直接相談をお受けします)

健康大将教室
2月のテーマ ヨガストレッチで心も体もリラックス!
場 所 ふれ愛センター 3階 軽体育室
対 象 田尻町在住の成人
持 ち 物 上靴、飲み物(水分補給用)、タオル、運動しやすい服装



BCG 予防接種 **日 時** 2月4日(火) 午後1時30分～2時30分 (受付は午後1時から)
場 所 ふれ愛センター 1階 保健センター **持 ち 物** 母子健康手帳、予診票
対 象 児 5か月の前日から8か月の前日まで

注意
・たじりすこやかノート(予防接種手帳)をお持ちでない方は、接種前日までに取りに来てください。(母子健康手帳が必要です)
・当日、朝からお子様の状態をよく観察し、普段と変わったところがないか確認してください。
・三種混合・四種混合、不活化ポリオ・ヒブ・肺炎球菌の予防接種を受けた後、1週間を過ぎていない人は受けられません。

ラッコ倶楽部 (妊婦教室)

お腹の赤ちゃんと楽しく快適に過ごすために、ちょっと気分転換に出かけて来ませんか? 体調とご都合がよければ、ぜひご参加ください。プレママ仲間を作りましょう。パパもご一緒にどうぞお越しください。お待ちしております。

2月20日(木)	「皆で話そう、マタニティ仲間を作ろう」 ★マタニティライフ! 赤ちゃんライフ! ふれ愛センター 保健師 ★赤ちゃんが生まれたら、すぐに役立つ心のふれあい ボランティア「はっぴいぶっく」
2月26日(水)	「助産師と一緒に話そう!」 ★病院では聞きにくい細かい事も話せるよ! ★リラックス呼吸法 等 助産師 森下智美さん
3月4日(火)	「皆でおいしく作ろう! おいしく食べよう!」 ★簡単、バランスメニュー ふれ愛センター 管理栄養士

受付時間 午後1時～1時10分 (教室は午後1時20分～3時30分)

場 所 たじりふれ愛センター 1階 保健センター

持 ち 物 母子健康手帳 (3回目はエプロン、三角巾、調理実習材料費100円)

申し込み 2月13日(木)まで 健康課 電話 466-8811 (兄弟保育・お申し込みください。)