



## 保健センター「さんて郡山」

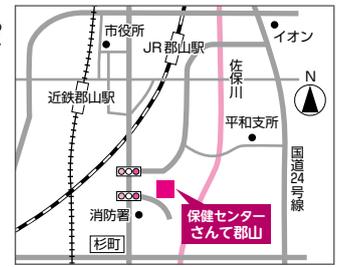
(☎ 58-3333 ・ FAX 58-3330)

〒639-1136 本庄町317-2 月～金曜日8時30分～17時

2・3ページの記事のお問い合わせ・申込は、特記を除いてさんて郡山までお願いします。



すこやかちゃん



### ■休日応急診療所「さんて郡山」内(☎ 59-2299)

診療科目:内科・小児科 診療時間:12時～21時

診療日:日曜・祝日・年末年始(12月29日～1月3日)

「二十歳が救う 命のリレー」1月1日～2月28日は「はたちの献血」キャンペーン期間です。

## II 母子の健康

※妊娠中に転入した人で、大和郡山市の妊婦健康診査補助券を持っていない人、  
お子さんの乳幼児健康診査・育児相談票などを持っていない人は、「さんて郡山」へ連絡してください。  
※警報発令時には中止することがありますので「さんて郡山」までお問い合わせください。

事業名	対象	実施日・受付時間	持ちもの・備考	実施場所
■こんにちは赤ちゃん訪問	生後2カ月ごろまで	お子さんが生まれた全てのご家庭に、保健師・助産師等が子育て情報を持ってごあいさつにうかがいます。		
■乳児健康診査	4カ月児	生後4カ月の間のみ	実施日や予約の有無は、医療機関で確認してください。	市指定医療機関
	7カ月児	生後7カ月の間のみ		
■12カ月児育児相談 ブラッシング指導や絵本の紹介など	平成28年1月1日～15日生まれ	3日(金)	9:15～9:45	さんて郡山
	平成28年1月16日～31日生まれ	17日(金)		
■1歳6カ月児健康診査 ※1歳6カ月～2歳未満まで受診可能	平成27年7月1日～15日生まれ	1日(水)	13:00～13:45	さんて郡山
	平成27年7月16日～31日生まれ	16日(木)		
■3歳児健康診査 ※3歳～4歳未満まで受診可能	平成25年8月1日～15日生まれ	8日(水)	13:00～13:45	さんて郡山
	平成25年8月16日～31日生まれ	22日(水)		
■乳幼児・妊産婦 歯の相談 染め出しによるブラッシング指導など、 歯科衛生士による個別相談	乳幼児(0～6歳児 就学前)、 妊産婦 ※各日定員1人	3日(金)・17日(金)	11:00	さんて郡山
		1日(水)・8日(水)	13:00	
		16日(木)・22日(水)		

## II おとなの健康(相談)

事業名	日時	対象・備考	実施場所
■健康相談	2月14日(火) 9:00～11:00・13:30～15:30 ※申し込み時に時間の予約をしてください。	要予約 検診結果や生活習慣の見直しについてなど、保健師や管理栄養士が相談に応じます。体脂肪測定もできます。	さんて郡山
■精神保健福祉相談	2月22日(水) ①13:30～ ②14:30～ ※申し込み時に時間の予約をしてください。	要予約 精神科医による相談。不眠などの精神的な症状で悩んでいる人は気軽に相談してください。定員2人。	さんて郡山

### ママパプラス(助産師・栄養士編) (参加無料・要申込)

- ♪妊婦の気がかりQ&A  
～これ食べて、飲んでOK? NG?～
- ♪お産が楽になるコツ教えます!  
～マタニティエクササイズ・呼吸法～
- ♪パパの妊婦体験・イクメン講座  
～パパだって育児を楽しみたい!～

日時=2月13日(月)  
13時30分～15時30分(13時～受付)

場所=さんて郡山

対象・定員=妊婦と父親になる人、25組  
(単身での参加、祖父母の参加も可)

講師=助産師・管理栄養士・保健師

持ち物=母子健康手帳・筆記用具  
(体操するのでズボン着用で参加してください)

申込・問合せ=電話で、保健センター「さんて郡山」へ



2時間があっという間でした。食事のことなどわかりやすくよかったです。

### 子育て教室(参加無料・要申込)

「離乳食ってどうやって作るの?」「友達が欲しい」など初めての子育てで戸惑いはありませんか? みんなで一緒に育児を楽しみましょう。(2回1コース)

日時・内容=※各日13時30分～16時(受付13時～)

日程	内容	講師
2/9(木)	子育てについてのお話・ふれあい遊び 子どもの応急手当・子育てフリートーク	保健師 救急救命士
2/23(木)	離乳食のすすめ方 離乳食調理実習(託児あり)	管理栄養士

場所=さんて郡山

対象・定員=生後6か月まで(平成28年7月24日以降生まれ)の乳児(第1子)の保護者、35組

持ち物=母子健康手帳・筆記用具。2回目のみ、エプロン・三角巾・ふきん3枚・台ふきん1枚(子ども同伴の場合は、赤ちゃん用品(おむつなど)とバスタオルも)

申込・問合せ=電話で、保健センター「さんて郡山」へ

◆新・健康なるなら17条健法

第10条・思いやりのこころときれいな空気でおもてなし 受動喫煙防止に取り組み(保健センター)