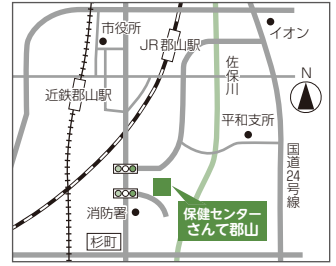




保健センター「さんて郡山」 (☎ 58-3333 ・ FAX 58-3330)

〒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)

～10月10日は「奈良県がんと向き合う日」です～

※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。

II こどもの健康

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。	・診査票・母子健康手帳 ・健康保険証	市内指定医療機関
	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 仕上げみがき用歯ブラシをプレゼント!	平成30年 9月 1日～15日生まれ	11日(金)	9:15～ 9:45	・育児相談票・母子健康手帳 ・バスタオル	さんて郡山
	平成30年 9月16日～30日生まれ	25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30年 3月 1日～15日生まれ	2日(水)	13:00～ 13:45	・健康診査票・母子健康手帳 ・仕上げみがき用歯ブラシ ・バスタオル	
	平成30年 3月16日～31日生まれ	16日(水)			
■3歳児健康診査 ※3歳～4歳未満まで受診可能	平成28年 4月 1日～15日生まれ	9日(水)	13:00～ 13:45	・健康診査票(送付します) ・母子健康手帳 ・尿(送付した容器に) ・子ども用歯ブラシ	
	平成28年 4月16日～30日生まれ	24日(木)			
■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 要予約	11日(金)・25日(金)	11:00	・母子健康手帳 ・仕上げみがき用歯ブラシ ※歯科健診ではありません	
		2日(水)・9日(水) 16日(水)・24日(木)	13:00		
■助産師相談 1人30分間の個別相談	妊婦さん、おおむね出産後1年の産婦・乳児 要予約	4日(金) 9:30～11:30	18日(金) 14:00～16:00	・母子健康手帳 ・バスタオル(妊婦は不要)	
		18日(金) 14:00～16:00			

ママパプラス～赤ちゃんのお風呂編～ (参加無料・要申込)

赤ちゃんのお風呂実習や先輩ママに聞く「出産・育児体験談」、パパの妊婦体験も。先輩ママさんたちの話をきいて子育てのイメージを付け、不安を解消しましょう!

日時＝10月7日(月) 13時30分～16時(13時受付開始)

場所＝「さんて郡山」 講師＝保健師、助産師

対象・定員＝市内在住の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)

持ち物＝母子健康手帳・筆記用具・手ふきタオル

申込・問合せ＝電話・ホームページで、保健センター「さんて郡山」へ



健康づくりボランティア養成講座 受講者募集

自分・家族・周囲に健康づくりを広め、地域を支えるボランティア「健康づくり推進員」。幼稚園での食育活動、男性料理教室などで活動しています。健康づくりや食育に関心のあるみなさん、一緒に活動しませんか。

日時・内容＝各日9時30分～15時

- ① 11月5日(火) 開講式・住民の健康状況と生活習慣病・住民参加と健康づくり
- ② 12月3日(火) 食品衛生・資源のリサイクル・若い人のバランス食(調理実習)
- ③ 1月28日(火) ロコモ予防(運動実習)・高齢者の低栄養予防(調理実習)
- ④ 2月4日(火) ボランティア活動について・子どもの食育(調理実習)
- ⑤ 3月3日(火) 先輩会員との交流会・生活習慣病予防(調理実習)・閉講式

場所＝保健センター「さんて郡山」

定員＝20人(全回参加できる人。申し込み先着順。)

費用＝2,000円(調理実習費・4回分を2回目に全納)

持ち物＝筆記用具・エプロン・三角巾・ふきん3枚・水筒・1回目のみ弁当

※本講座修了者は、大和郡山市健康づくり推進員として活動していただきます。

申込・問合せ＝9月20日(金)～10月18日(金)までに電話で保健センター「さんて郡山」

(☎ 58-3333) へ