

(総合保健センターは、総合福祉センター1階にあります。)

健康相談・子育てママの健康相談

内容・医師・保健師の健康相談、栄養士の栄養相談、血圧測定・尿検査・体重測定
とき・5月18日(木) 9時30分～11時30分と13時～16時(医師の相談は13時～15時)
ところ・総合保健センター(申込不要)
 ※「子育てママの健康相談」は育児相談会場にて実施。
詳細・健康企画係 ☎(24) 0 7 6 8 FAX(24) 8 4 1 8

育児相談

内容・身長・体重測定、発達や栄養の相談
とき・6月12日(月) 9時30分～11時30分と13時～15時30分
ところ・総合保健センター(申込不要)
持ち物・母子健康手帳
詳細・母子保健係 ☎(24) 0 7 7 1 FAX(24) 8 4 1 8

こどもネウボラ(子育て相談)

内容・保健師、助産師による健康・育児に関する相談など

とき	ところ
6月3日(土) 10時～12時	げんきっこセンター
6月7日(水) 10時～15時(事前予約制)	総合保健センター
6月9日(金) 10時～11時30分	いずみさわ児童館
6月26日(月) 10時～12時、13時～14時 15時～16時(事前予約制)	ちとせっこセンター
	ちとせっこセンター

申込先/詳細・母子保健係 ☎(24) 0 7 7 1 FAX(24) 8 4 1 8

むし歯予防デー(参加無料)

6月4日から10日は、歯と口の健康週間です。
内容・歯科健診、矯正相談、歯磨きアドバイス、フッ化物塗布、フッ化物洗口体験、親と子のよい歯のコンクール表彰式、歯科保健図画・ポスターコンクール表彰式など
とき・6月3日(土) 13時～14時45分
ところ・総合保健センター(申込不要)

●親と子のよい歯のコンクール参加者受付中
対象・平成28年度に3歳児歯科健診を受けた幼児と父親・母親で、むし歯がなく歯並びが良い方
申込方法・5月19日(金)までに電話かFAXで申し込み
 ●歯科保健図画・ポスター募集
対象・市内に居住する小学生(詳細は、各小学校へ)
 ※作品は、6月2日から9日まで、総合保健センターの開館中、ロビーに展示します(9日は、13時まで)。

【共通事項】
 会場/申込先/詳細・母子保健係 ☎(24) 0 7 7 1 FAX(24) 8 4 1 8

ちとせ健康・医療相談ダイヤル 24

フリーダイヤル
☎ 0120(010)293
 (通話料無料、携帯電話から利用可)
 ※かけ間違いに注意してください!

**看護師や医師などが24時間、からだの症状や
 応急手当法などの相談をお受けします。**

※非通知設定の電話からは利用不可。
 ※IP電話からは、☎03(3839)5604へ(通話料有料)。

日本脳炎定期接種のお知らせ

対象者と接種方法
 ①平成21年10月2日以降に生まれた方
 ・6カ月から7歳6カ月になる前までに3回接種(1期)
 ・9歳から13歳になる前までに1回接種(2期)
 ②平成19年4月2日～平成21年10月1日に生まれた方
 ・9歳から13歳になる前までに4回接種(1期・2期)
 ③平成19年4月1日以前に生まれた20歳未満の方
 ・20歳になる前までに4回接種(1期・2期)

ところ・市内指定医療機関
料金・無料
持ち物・母子健康手帳、予診票
 ※予診票は、実施医療機関または総合保健センターにあります。
 ※詳細は、市のホームページに掲載しています。
 ※他市町村で接種を希望するときは、ご相談ください。
詳細・予防接種担当 ☎(24) 3 1 4 8 FAX(24) 8 4 1 8

BCG予防接種

対象・5カ月～7カ月児(状況により3カ月～11カ月児まで接種可)
とき・6月9、23日(12時30分～13時50分)
ところ・総合保健センター(申込不要)
持ち物・母子健康手帳、予診票
詳細・予防接種担当 ☎(24) 3 1 4 8 FAX(24) 8 4 1 8

フッ化物塗布・歯科相談・歯科医師健診

とき	対象
●フッ化物塗布・歯科相談	
6月5、12日	1年以内にフッ化物塗布・歯科医師健診、1歳6か月児健診、3歳児健診のいずれかを受けた幼児
●フッ化物塗布・歯科相談・歯科医師健診	
6月19日(月)	1歳～就学前の全ての幼児

時間・9時30分～11時20分、13時～14時50分
ところ・総合保健センター(申込不要)
料金・800円
持ち物・母子健康手帳、歯ブラシ
詳細・母子保健係 ☎(24) 0 7 7 1 FAX(24) 8 4 1 8

わくわくママクラブ(子育て支援センター見学コース)

内容・子育て支援センターの見学、赤ちゃんの遊び
対象・市内に居住する妊婦の方
とき・6月19日(月) 10時～11時30分
ところ・ちとせっこセンター
持ち物・母子健康手帳、筆記用具
申込期限・6月16日(金)
申込先/詳細・母子保健係 ☎(24) 0 7 7 1 FAX(24) 8 4 1 8

体験パパクラブ

内容・赤ちゃんのお風呂の入れ方、妊婦体験ジャケットの着用など
対象・市内に居住する妊娠中の夫婦
とき・6月10日(土) 10時～12時30分
ところ・総合保健センター
持ち物・母子健康手帳、父子健康手帳、筆記用具
申込期限・6月8日(木)
申込先/詳細・母子保健係 ☎(24) 0 7 7 1 FAX(24) 8 4 1 8

アリスセンターからのお知らせ

●ひろばであそぼう
内容・親子で楽しく遊ぶ(晴天時は園庭遊び)
対象・就学前の子と保護者
とき・毎週月～金曜日 10時～15時(申込不要)
 ●お話をあに?絵本のひろば(「花」をテーマに楽しい絵本を紹介)
対象・就学前の子と保護者
とき・5月16、23、30日(11時～11時30分、申込不要)
 ●おおきくなったかな～身体計測日～
対象・就学前の子
とき・5月17日(水) 10時～12時(申込不要)
 ※ボランティアの手伝いあり。
 ●脳を育てる感触あそび～脳育始めませんか～
対象・就学前の子と保護者
とき・5月29日(月) 10時～11時
申込日・5月22、23日(電話申込は、平日の12時～15時)
 ●4月・5月生まれの誕生会(手形と足形をとってお祝い)
対象・就学前の子と保護者
とき・5月30日(火) 11時～12時(申込不要)
 【共通事項】
 会場/申込先/詳細・アリスセンター(参加料無料)
 ☎(24) 8 3 4 1(平日の10時～15時) FAX(24) 7 0 2 1

げんきっこセンターからのお知らせ

●知っておくためになる子育てスキルアップ講座
対象・就学前の子をもつ保護者
とき・5月11日(木) 10時30分～11時15分(申込不要)
 ●子どもの歯と栄養講座
対象・就学前の子をもつ保護者
とき・5月19日(金) 10時30分～11時15分(申込不要)
 ●すくすくの日(管理栄養士来館日)
内容・栄養相談(10時～12時のみ)、身長と体重の測定
対象・就学前の子と保護者(母子健康手帳持参)
とき・5月30日(火) 10時～12時と13時～14時(申込不要)
 ●あそびの芽～お庭DEしゃぼん玉～
対象・就学前の子と保護者(帽子持参)
とき・5月31日(水) 11時～11時30分(申込不要)
 ●すくすくの日(身体計測日)
対象・就学前の子
とき・6月3日(土) 10時～12時(申込不要)
 ●新米ママの産後ヨガ+スキニップあそび
対象・7カ月までの第1子と母(講座中に授乳もできます)
とき・6月22日(木) 10時30分～11時30分
定員・25組(申込順)
申込日・5月25、26日
 ●元気な未来の一步のために
 ～お家でできるフットケアと正しい靴の選び方～
対象・就学前の子と保護者(子ども靴持参)
とき・6月30日(金) 10時～11時(申込不要)
定員・20組(申込順)
申込日・6月1、2日

5月21日(日)は休日開館日(10時～16時)です
 対象は、就学前の子と保護者
 【共通事項】
 会場/申込先/詳細・げんきっこセンター(参加料無料)
 ☎・FAX(26) 2 0 7 0 ☎(26) 2 0 8 0(日・祝日を除く9時～17時30分)

ちとせっこセンターからのお知らせ

●教えて!ファミサポ(ファミリー・サポート・センターの説明)
とき・5月12日(金) 10時30分～11時(申込不要)
 ●すくすくの日(身体計測日)
対象・就学前の子
とき・5月13日(土) 10時～12時(申込不要)
 ●マタニティランチデー(赤ちゃんの小物作りとランチ)
対象・妊娠中の方(昼食持参)
とき・5月25日(木) 11時～12時30分
定員・15人(申込順)
申込開始・5月11日(木)
 ●おはなしだいすき♪(大型絵本などの読み聞かせ)
対象・就学前の子と保護者
とき・5月26日(金) 11時30分～11時50分(申込不要)
 ●知っておくためになる子育てスキルアップ講座
対象・就学前の子をもつ保護者
とき・6月4日(日) 10時15分～11時(申込不要)
 ●市民協働 link～つなぐ主催 ママ講座
 ～世界にひとつだけのアンブレラを作ろう～
対象・妊娠中の方、就学前の子をもつ保護者
 ※子育て中のママが講師のため、予備日になっても参加可能な方。
とき・6月6日(火) 10時～11時
予備日・6月13日(火)
定員・10人(申し込み多数のときは抽選)
申込日・5月16、17日(保育希望の方はお申し出ください)
申込先・つどいの広場(ちとせっこセンター内)
 ☎(40) 2105(9時30分～16時) FAX(40) 1717
 ●ベビーマッサージ
対象・8カ月までの子と保護者
とき・6月10日(土) 10時～11時
定員・20組(申込順)
申込日・5月16、17日
 ●(株)もりもとによるミニロールケーキ作り
内容・ミニロールケーキのデコレーション(卵・乳・小麦を使用)
対象・就学前の子をもつ保護者
とき・6月14日(水) 10時～11時
定員・15人(申し込み多数のときは抽選)
申込日・5月22、23日(保育希望の方はお申し出ください)

6月4日(日)は休日開館日(10時～16時)です
 対象は、就学前の子と保護者
 【共通事項】
 会場/申込先/詳細・ちとせっこセンター(参加料無料)
 ☎・FAX(40) 1 7 1 7 ☎(40) 1 7 2 7(日・祝日を除く9時～17時30分)

～ 保健師・栄養士のリレーコラム ～

5月31日(水)は「世界禁煙デー」です

世界保健機関(WHO)は、毎年5月31日を「世界禁煙デー」とし、喫煙問題の啓発活動を展開しています。日本でも「禁煙週間」を定め、全国各地でさまざまな対策が推進されています。

市は、5月26日から6月6日まで、総合保健センターロビーで、喫煙に関するパネル展示とパンフレットの設置を行います。また、市のホームページ「知ってください たばこの害」では、禁煙外来など、禁煙治療についての情報を掲載しています。

今月は、保健師が担当しました。 健康企画係 ☎(24) 0 7 6 8 FAX(24) 8 4 1 8