



ママ赤十字
健康
スケジュール

おもな会場は
総合保健センターです

9/4 (月) 11 (月) 9:30-11:20/13:00-14:50
フッ化物塗布・歯科相談
【対象】1年以内にフッ化物塗布、歯科医師健診、1歳6か月・3歳児健診のいずれかを受けた子
【料金】800円
【持ち物】母子健康手帳、歯ブラシ

9/8 (金) 22 (金) 12:30-13:50
BCG予防接種
【対象】5か月～7か月の子
※対象期間に接種できないときは3か月から11か月まで接種可。
【持ち物】母子健康手帳・予防票

9/11 (月) 9:30-11:30/13:00-15:30
育児相談《身長体重測定・発達や栄養の相談》
【持ち物】母子健康手帳

9/15 (金) 10:00-11:30
わくわくママクラブ(子育て支援センター見学コース)
施設見学と赤ちゃんの遊び
【対象】市内に居住する妊婦の方
【ところ】アリスセンター
【持ち物】母子健康手帳、筆記用具
【申込期限】9/13(水)

9/20 (水) 9:30-11:20/13:00-14:50
フッ化物塗布・歯科相談・歯科医師健診
【対象】1歳～就学前の子
【料金】800円
【持ち物】母子健康手帳、歯ブラシ

こどもネウボラ

子育て相談

保健師、助産師の健康・育児相談、子育て支援プランの作成など

とき	ところ
9/16 (土) 10:00-12:00	ちとせこセンター
9/21 (木) 10:00-15:00	総合保健センター(予約制)
9/25 (月) 10:00-11:30	ほくおう児童館
9/27 (水) 10:00-12:00 / 13:00-14:00	げんきこセンター
15:00-16:00	げんきこセンター(予約制)

◀申込先・詳細▶ 母子保健課 ☎(24)0771 ☎(24)8418
★予防接種のことは…担当 ☎(24)3148

ちとせ健康・医療相談ダイヤル **24**
☎0120(010)293 非通知設定の電話からは利用不可
IP電話からは ☎03(3839)5604 (有料)
看護師・医師が24時間、症状や応急手当など相談に応じます

健康まつり開催!!

市内関係団体が集まる《健康》の祭典
【健康まつり実行委員会】千歳医師会 ● 千歳市歯科医師会 ● 千歳市薬剤師会 ● 千歳市救急法赤十字奉仕団 ● 千歳市食生活改善協議会 ● 石狩振興局保健環境部千歳地域保健室 ● 北海道作業療法士会石狩支部 ● 北海道理学療法士会石狩支部 ● 北海道栄養士会札幌石狩支部 ● 北海道千歳リハビリテーション大学 ● 千歳市国民健康保険 ● 千歳市



ちとせ食育フォーラム

《同時開催!!》

「食べることは生きること」～がん闘病中の母親が幼い娘にのこしたもの～
講師・安武 信吾 氏
(「はなちゃんのみそ汁」著者)
13:00 受付 / **13:30** 開演
2階・中ホール
定員 400人
※健康づくり課に事前に申し込み。

高齢者肺炎球菌ワクチン定期接種のご案内

肺炎球菌は主に気道の分泌物に含まれる細菌で、唾液などを通じて飛沫感染し、気管支炎や肺炎、敗血症などの重い合併症を引き起こすことがあります。肺炎は日本人の死亡原因の第3位となっています。今年度のワクチン定期接種の対象の方には、4月に、指定医療機関などの接種に関する案内文書を予約票と合わせて送付いたしますので、この機会を逃さないようご注意ください。(過去にワクチンを接種した方は対象外です。)

【対象】① 65歳以上の方で接種の案内文書をお持ちの方、② 60歳以上65歳未満の心臓・腎臓・呼吸器の機能やヒト免疫不全ウイルスにより、日常生活活動が極度に制限される程度の障がいがある方。(主治医にご相談の上、担当までご連絡ください。)

【接種期限】平成**30**年**3**月**31**日(土)まで
(以降は、任意接種になります。)

《詳細》母子保健課予防接種担当 ☎(24)3148 ☎(24)8418
※案内文書や予約票を紛失した方は、ご連絡ください。

健康イキイキ子育て総合支援センター

9/19 (土) 10:00～15:30
会場・北ガス文化ホール

市民の皆さんに、健康について関心をもってもらい、暮らしの中に健康づくりを取り入れていただくきっかけになるよう、北ガス文化ホールの全フロアで開催する《一大健康イベント》です。

体験や実技で楽しい1日を!!

- 動脈硬化度測定
- 骨密度測定
- 歯の健康など

【詳細】健康づくり課
☎(24)0361・☎(24)8418

お手紙届いていますか?

【対象】① 65歳以上の方で接種の案内文書をお持ちの方、② 60歳以上65歳未満の心臓・腎臓・呼吸器の機能やヒト免疫不全ウイルスにより、日常生活活動が極度に制限される程度の障がいがある方。(主治医にご相談の上、担当までご連絡ください。)

【接種期限】平成**30**年**3**月**31**日(土)まで
(以降は、任意接種になります。)

《詳細》母子保健課予防接種担当 ☎(24)3148 ☎(24)8418
※案内文書や予約票を紛失した方は、ご連絡ください。

マタニティランチデー

妊婦さんも楽しいひとときを♪

妊娠中、出産に対する不安やホルモンなどの身体の変化に悩む方も少なくありません。妊婦の皆さんがテーブルを囲み、ランチを楽しみながら交流するひとときを提供します。

おいしい時間を一緒に♪

8/22 (火) 【12:00-13:00】
げんきこセンター / ☎・☎(26)2070

《障がいがある・発達が気になる子の》平成30年度 就学前保育 / 学童クラブ等利用説明会

認定こども園・保育所での満3歳以上の《障がい児保育》や、小学校放課後の学童クラブ・デイサービスの平成30年度の利用に関する説明会を開催します。子どもの過ごし方や利用手続などの具体的な説明の機会です。障がいの診断がある子や発達が気になる子で利用の希望がある方は参加をお願いします。(事前申込要)

【日程】〈認定こども園など〉 **8月30日(水)** 13:30～
●担当・こども政策課 ☎(24)0340・☎(22)8851

〈学童クラブなど〉 **8月31日(木)** 18:30～
●担当・子育て総合支援センター ☎(22)7888・☎(40)1717

【会場】総合福祉センター 402号
【申込】8月25日(金)までに申し込み

げんきこセンター

新館 1丁目2-14
☎・☎(26)2070 (9:00-17:30)

8/20 (日) 10:00-16:00
休日開館

8/24 (木) 11:30-11:50
あそびの芽～おはなしなあに? 絵本の読み聞かせなど

8/31 (木) 10:00-12:00/13:00-14:00
すくすくの日(身長体重計測)

9/6 (水) 10:30-11:30
スキルアップ講座入門編～知っておくためになる 寝方、叱り方
【対象】3歳以上の子の保護者
【定員】15人(申込順)
【申込日】8/14～(保育なし)

9/15 (金) 10:00-11:00
赤ちゃんあ一つまれ!
【対象】8か月までの第1子の子と保護者【定員】20組(申込順)
【申込日】8/23、24

10/3 (火) 10:00-11:10
やさしい親子ヨガ
【対象】3か月～就学前の子と保護者
【定員】1歳以上と未滿で各20組(申込順)【申込日】9/7、8

アズタ

勇舞 1丁目1-1
☎(24)8341・☎(24)7021 (10:00-15:00)

毎週火曜 11:00-11:30
お話をあに? 絵本のひろば
〈8月は「おひさま」をテーマに楽しい絵本を紹介します〉

月～金曜 10:00-15:00
ひろばであそぼう(親子で遊ぶ・天気の良い日は園庭遊びも!)

8/16(水)、23(水) 10:00-12:00
おおきくなったかな～身体計測日
※身長体重の測定をボランティアさんが手伝ってくれます。

8/17 (木) 10:30-12:00
リズムであ・そ・ぼ♪楽器遊び
〈和太鼓や打楽器で楽しく遊ばしましょう!〉

8/25 (金) 10:00-11:30
企業連携がちなゼミ《もりもと》
お子さんと夏の和菓子づくり!
【定員】10組
【持ち物】お子さんと保護者のエプロン、三角巾、飲み物(水かお茶)
【申込日】8/17、18(12:00～15:00)