

★健康相談を
ご利用ください★

保健センターでは月に2日間、土・日の開館日があり、健康相談を実施しています。予約をしてお越しください。（※実施日時は広報裏表紙、健康ガイド、ホームページなどをご覧ください。）

▼相談内容 子育て、健康管理、健康に関すること（※健診結果などがあれば持参してください。）

▼相談員 保健師・栄養士

▼予約先・実施場所 保健センター



参加者募集

講演会のお知らせ
『口からはじめる健康法!』

歯周病は心臓や脳の病気、早産などの原因になることをご存知ですか？歯科医と歯科衛生士を招いて講演会を開催します。お申込みの上、ぜひ参加してください。

▼期日 12月5日(土)

▼時間 午後1時30分～3時

(※受付は午後1時～)

追加募集中

『からだりフレッシュ講座』

広報9月号号でお知らせした講座の追加募集をします。

▼対象者 40～74歳の町国保加入者で、運動制限のない人

▼日程 12月11日(金)、18日(金)、25日(金)、1月14日(木)、21日(木)、28日(木)、2月4日(木)、12日(金)、18日(木)、25日(木)

▼時間 午後3時～4時

▼場所 保健センター

▼内容 歩き方の基本、プチ体操など

▼定員 20人(※特定健診受診者など優先者あり)

▼申込み期間 11月13日(金)～12月4日(金)(※土・日・祝日を除く)

▼申込み先 保健センター

▼内容 歯周病に関する話や予防のためのブラッシング法など

▼会場 保健センター

▼申込み 11月16日(日)～(先着80人)

▼講師 さいとう歯科医院 齋藤理先生、渋川保健福祉事務所 田部井恵子 歯科衛生士

▼申込み先 保健センター

☎54-7744 (直通)

※日程が変更になる場合があります。平成27年度吉岡町けんこうガイドや町ホームページもあわせてご覧ください。なお、11月の予定は広報10月号9ページをご覧ください。

12月 保健センター健康ガイド

内容	日時	対象者	摘要
1歳6カ月児健診	1日(火) 受付 午後1:00～1:15	平成26年5月生まれ	⑩母子手帳・健康診査票・健診アンケート・歯ブラシ
子育て相談会	3日(木) 午前10:00～正午 17日(木) 午後2:00～4:00	子育てに関して相談のある人	相談内容：お子さんの発達や子育てに関すること 相談員：心理士(または保健師) ⑤事前予約 保健センターまでお電話ください
3歳児健診	4日(金) 受付 午後1:00～1:15	平成24年9月生まれ	⑩母子手帳・健康診査票・健診アンケート4枚・歯ブラシ 朝一番の尿 ※家で目と耳の検査をしてきてください
土日開催	5日(土) 20日(日) 午前10:00～11:30 午後1:00～3:00	健康相談のある人 母子手帳の交付：妊婦 ※20日(日)午前中は事業の都合上遊びに利用できません	健康相談内容：子育て・健康管理・その他健康に関すること 相談員：保健師 母子手帳の交付：⑩妊娠届出書
保健センター開放	午前9:00～午後5:00	保健センターで遊びたい人	
3～4カ月児健診	9日(水) 受付 午後1:00～1:15	平成27年7月16日～ 8月31日生まれ	⑩母子手帳・健診アンケート(すこやか手帳内)
2歳児歯科健診	10日(木) 受付 午後1:00～1:15	平成25年10月16日～ 11月30日生まれ	⑩母子手帳・健診アンケート(すこやか手帳内)・歯ブラシ
障がい福祉なんでも相談	14日(月) 午後1:00～5:00 (3～5時は手話通訳者設置)	障がいを持つ人とその家族	相談内容：サービスを使いたい、仕事がしたい、悩み事があるなどなんでもご相談ください
10～11カ月児健診	15日(火) 受付 午後1:00～1:15	平成26年12月16日～ 平成27年1月31日生まれ	⑩母子手帳・健診アンケート(すこやか手帳内)・歯ブラシ
母乳相談	17日(木) 受付 午前9:30～10:00	乳幼児と親または家族	⑩母子手帳・タオル3枚 相談内容：助産師による母乳や乳房トラブルに関する相談・家族計画など 身長・体重測定もできます ※乳房マッサージは必要な人のみ実施
子育て教室	20日(日) 受付 午前10:00～10:15	平成27年2月、3月生まれ	⑩母子手帳 ⑤不要 親子リトミックを楽しみながらお母さんの仲間作り 栄養のお話もあります
わくわくあそび	22日(火) 午前10:00～11:00 ♪必ず10時までに集合	1歳6カ月～未就学児と保護者	就学前に必要な集団遊びやリズム遊びをします ⑤不要(問い合わせは役場生涯学習室 ☎54-1161 まで)
ことばの相談	22日(火) 午後2:30～4:30	お子さんのことばの面でアドバイスを欲しい人	相談内容：お子さんのことばに関すること(発音・ことばの数が少ないなど) 相談員：言語聴覚士 ⑤事前予約 保健センターまでお電話ください

★育児・介護・医療でお困りの方は「よしおか健康 No.1 ダイヤル 24」 ☎0120-026-103 へ！(年中無休・通話無料)