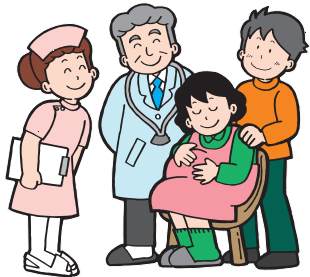


けんこう

保健センター ☎359-0025 上安松1224-1
☎2991-1811 FAX 2995-1178

★保健センターで実施する事業 ●☎印…保健センターへ☎予約（番号は正確に／FAX不可）

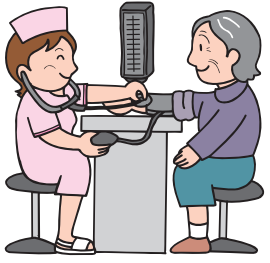
事業名	日時・内容など
母親学級基礎3月コース(全3回)(予約制)	▶とき：3月11日(月)・18日(月)午後1時15分～4時、3月26日(火)午前9時45分～午後1時（いずれも開始15分前から受付）▶対象：平成25年6月～8月に出産予定の初産婦（住民登録をしている方）とパートナー▶内容：妊娠中の保健と生活（栄養講話を含む）、新生児の保育、もく浴実習、調理実習など▶定員：申し込み先着40人▶費用：500円（調理実習材料費）▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、3月18日(月)はバスタオル ●☎2月1日(金)～
母親学級歯科3月コース(予約制)	▶とき：3月4日(月)午後1時15分～3時15分（開始15分前から受付）▶対象：平成25年6月～8月に出産予定の初産婦、経産婦（住民登録をしている方）▶内容：歯科健診、ブラッシング指導など▶定員：申し込み先着40人▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、歯ブラシ、コップ、タオル ●☎2月1日(金)～
両親学級(予約制)	▶とき：3月16日(出)午前9時30分～正午（開始15分前から受付）▶対象：平成25年7月～9月に出産予定の初産婦（住民登録をしている方）とパートナー。ただし、パートナーと参加できる方に限ります。▶内容：もく浴実習、パートナーとできる妊婦体操の実技、ビデオ視聴▶定員：申し込み先着24組▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、バスタオル ●☎2月1日(金)～
4か月児10か月児1歳6か月児3歳児健康診査	《4か月児》保健センターで実施《10か月児》通知が届いたら事前に市内協力医療機関に予約して受診（個別健康診査）《1歳6か月児》保健センターで実施《3歳児》3歳3カ月時に保健センターで実施 ◎いずれも健康診査日の2週間前までに、保護者宛てに通知を郵送します。転入などで通知を受け取っていない場合は、ご連絡ください。
乳幼児健康相談(予約制)	▶とき：《離乳食相談》2月7日(木)午前中（グループでも参加可）《かみかみ期相談》2月18日(月)午前中（グループでも参加可）《食事相談》2月13日(火)午前中《歯科相談》2月27日(水)午前中▶持ち物：母子健康手帳（かみかみ期相談、歯科相談は歯ブラシ） ◎いずれも申し込みが必要です。 ●☎2月1日(金)～
離乳食教室(ごっくん期)(予約制)	▶とき：3月11日(月)・21日(休)いずれも午前10時～11時30分（開始15分前から受付）▶対象：平成24年9月・10月生まれの乳児とその親（住民登録をしている方）▶内容：栄養士の講話、試食など▶定員：いずれも申し込み先着30組▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、バスタオル、お手ふき、スプーン ●☎2月5日(火)～
離乳食教室(もぐもぐ期)(予約制)	▶とき：3月8日(金)午前10時～11時45分（開始15分前から受付）▶対象：平成24年7月・8月生まれの乳児とその親（住民登録をしている方）▶内容：栄養士・歯科衛生士の講話、試食など▶定員：申し込み先着35組▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、バスタオル、お手ふき、スプーン ●☎2月5日(火)～
離乳食教室(ばくばく期)(予約制)	▶とき：3月7日(木)午前10時～11時45分（開始15分前から受付）▶対象：平成23年12月、24年1月生まれの幼児とその親（住民登録をしている方）▶内容：栄養士・歯科衛生士の講話、試食など▶定員：申し込み先着30組▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、お手ふき、飲み物（さ湯または麦茶）、歯ブラシ ●☎2月5日(火)～
2歳児歯科健康教室(予約制)	▶とき：3月8日(金)・18日(月)いずれも午後0時50分～1時10分（受付）▶対象：平成22年8月・9月生まれの幼児（住民登録をしている方）▶内容：歯科診察、歯磨き指導、フッ化物塗布、栄養・育児相談など▶定員：いずれも申し込み先着50人 ●☎2月4日(月)～
子育てサロンちゅーりっぷ	▶とき：2月8日(金)午前10時～11時30分▶対象：双子・三つ子を妊娠中の方とパートナー、または、双子・三つ子とその親▶内容：参加者同士の交流会▶持ち物：母子健康手帳、お子さんに必要な物（ミルク、オムツ、おもちゃなど） ◎希望者は会場へ直接お越しください。
BCG	▶とき：3月21日(休)午前9時30分～10時30分、午後1時30分～2時30分（受付）▶対象：平成24年12月生まれの乳児▶持ち物：母子健康手帳、体温計、予診票（会場にも用意してあります） ◎対象者には事前に通知します。また、上記対象者以外で生後6カ月未満の未接種の方も接種できます。会場へ直接お越しください。



事業名	日時・内容など
成人健康相談(予約制)	《健康相談》▶とき：2月6日(水)、20日(水)いずれも午前中▶内容：生活習慣病の予防や健診結果の見方、医療機関のかかり方、更年期の悩みなど《歯科相談》▶とき：毎週火曜日午前中▶内容：歯周病予防、入れ歯の手入れの方法など《栄養相談》▶とき：毎週木曜日午前中▶内容：生活習慣病の予防、バランスの良い食事など《気になる血糖値相談》▶とき：2月25日(月)午前中▶内容：血糖値が高めの方の食事・運動習慣の見直しなど《リハビリ相談》▶とき：2月8日(金)・22日(金)午前中▶内容：膝・股関節痛予防、身体機能・歩行能力維持・改善のためのリハビリなど ◎いずれも事前に申し込みが必要です。
結核検診	▶とき：2月5日(火)午後1時～2時▶対象：勤務先などで胸部X線検査を受ける機会のない15歳以上の方（住民登録している方）▶費用：無料 ◎希望者は会場へ直接お越しください。
歯周病予防教室(予約制)	▶とき：2月22日(金)午後1時30分～3時30分▶内容：歯肉の健康チェック、効果的な歯磨きの実習など▶定員：申し込み先着30人◎申し込みした方には、事前に案内を郵送します。 ●☎2月4日(月)～
成人歯科健康教室(予約制)	▶とき：3月7日(休)午後1時30分～3時30分▶内容：講話「健康寿命のカギ！歯周病予防のポイント」、歯科相談、唾液潜血検査、効果的な歯磨きの実習など▶定員：申し込み先着20人◎申し込みした方には、事前に問診票を郵送します。 ●☎2月4日(月)～

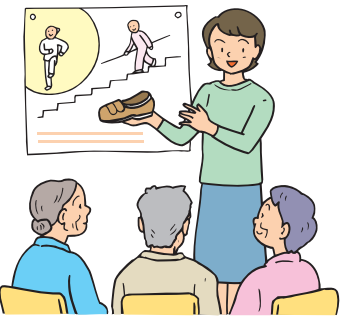
★市役所・まちづくりセンターなどで実施する事業

事業名	日時・内容など
乳幼児健康相談	▶とき／ところ：▷3月12日(火)／新所沢東まちづくりセンター／午前9時30分～10時30分（受付）▶内容：身体計測、保健師・栄養士・歯科衛生士による健康相談▶持ち物：母子健康手帳 ◎希望者は会場へ直接お越しください。駐車場が狭いため、車での来場はご遠慮ください。
出張成人健康相談	▶とき／ところ：▷2月5日(火)、3月5日(火)いずれも午後1時30分～3時（受付）／狭山ヶ丘コミュニティセンター▷2月13日(水)、3月13日(水)いずれも午後1時30分～3時（受付）／山口まちづくりセンター▷2月20日(水)、3月27日(水)いずれも午前9時30分～正午（受付）／富岡まちづくりセンター▶内容：保健師・栄養士による個別相談（食事や運動の方法、検査値の見方など）、血圧・体脂肪測定 ◎希望者は会場へ直接お越しください。
おしゃべり健康サロン	▶とき／ところ：2月13日(水)、3月13日(水)いずれも午前10時～正午／山口まちづくりセンター▶内容：血圧・体脂肪測定・ストレッチ、健康ワンポイント勉強会 ◎希望者は会場へ直接お越しください。



★訪問事業・相談業務など

担当課	内容など
母子保健課	▶新生児・妊産婦訪問：保健師・助産師が保健相談と子育て支援の情報をお伝えします。保健センターへ電話、または妊婦健診受診券に添付の出生連絡票を保健センターへ郵送してください。 ▶こんにちは赤ちゃん訪問：新生児訪問などを実施したご家庭を除き、全ての生後2カ月ごろの乳児を持つご家庭に、保健師・看護師が訪問し、保健相談と子育て支援情報をお伝えします。 ▶5歳児で幼稚園・保育園で健康診査を受ける機会のない方の健康や発達に関する相談を受け付けています。
成人保健課	▶訪問による相談：家庭での療養方法、介護家族の健康管理、生活習慣病予防、リハビリ方法などについて、保健師・理学療法士・栄養士・歯科衛生士などが訪問し、相談に応じています。 ▶「リハビリ教室」「リハビリ交流会」「失語症者のつどい」を実施しています。参加を希望される方は、事前にお問い合わせください。



◎各業務の詳細はお問い合わせください。