



健康ガイド

健康課(保健センター)
福祉会館5階(保健会場)
(中町4-15-14)
健康課健康係 ☎042-321-1240

20代からの理想のカラダづくり講座—調理実習—



BCG接種

簡単に栄養バランスを考えたレシピを学び、ロコモプレートとヘルシースイーツを作ります。

とき 9月26日(土) 午後1時30分～4時30分

ところ 保健センター

対象 20～39歳で独身の方
定員 男女各10人(申込順)

申込 8月17日から、電話で健康課へ。

胃がん検診・肺がん検診

同日に2つの検診が受けられます。どちらか一方のみでも構いません。

とき・ところ 11月4日(水) 保健センター、11月5日(木)～7日(土) 市役所本庁舎

検査内容・費用 ▼胃がん検診(バリウムを飲む)の胃X線検査 11千円 ▼肺がん検診(胸部X線検査、喀痰細胞診) いずれも500円

※ 喀痰細胞診については医師が必要と判断した方
※ いずれも受診時に納入

とき 9月3日(木)、17日(木) 午前9時30分～10時45分

ところ 保健センター

対象 1歳未満の乳児(標準的な接種年齢は、生後5か月～8か月未満)

注意事項 前日の夜から接種する腕(左腕)への塗り薬は控えてください。

生活保護世帯の方は、減免制度がありますので、生活保護受給証明書を持参してください。

対象 ▼胃がん検診 平成28年3月31日現在35歳以上の方。
ただし、次の方はご遠慮ください。▼前回の受診後、およそ1年たっていない方
▼過去1年以内に開腹手術を受けた方 ▼腸閉塞の既往がある方 ▼妊娠中もしくは妊娠している可能性がある方 ▼自力で立位を保つことができない方

申込 8月28日(必着)までに、郵送(1人1通)で住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号・検診名(「胃がん検診のみ」・「肺がん検診のみ」・「胃・肺がん検診」のいずれか)・希望日(3つまで)を明記し、健康課(〒184-0015 貫井北町5-18-18)へ。



問合先 健康課
マタニティクッキング
妊娠期・授乳期の栄養について、調理実習も交えながら楽しく学んでみませんか。
パパママの健康維持はもちろん、やがてはお子さんの健康維持に役立ちます。

とき 9月29日(火) 午前10時～正午

ところ 保健センター

対象 おおむね妊娠30週までの妊婦。パートナーも参加できます。

※ 初めての方を優先します。

定員 20人(申込順)

申込 8月17日から、電話で健康課へ。

問合先 健康課
成人歯科健康診査
生涯を通じ、自分の歯で過ごせることを目的に、節目年齢の方を対象とした、成人歯科健康診査を実施します。

とき 9月1日(火)～11月30日(月)

ところ 市内契約歯科医療機関



成人歯科健康診査

生涯を通じ、自分の歯で過ごせることを目的に、節目年齢の方を対象とした、成人歯科健康診査を実施します。

とき 9月1日(火)～11月30日(月)

ところ 市内契約歯科医療機関



問合先 健康課

対象 おおむね16～27歳の妊婦の方
定員 20人(申込順)
申込 8月17日から、電話で健康課へ。

問合先 健康課

各種事業案内

問合先 健康課

内容	とき	ところ
乳幼児健康相談(のびのび広場相談)	9月2日(水) 13:30～15:30	公民館貫井南分館
	9月8日(火) 13:30～15:30	婦人会館
	9月16日(水) 13:30～15:30	公民館東分館
	9月29日(火) 13:30～15:30	福祉会館
▷助産師=9月10日(木)、24日(木) ▷保健師=9月3日(木)、17日(木) いずれも9:30～11:30		保健センター
▷身体測定、育児および保健・栄養相談 ▷母乳相談(婦人会館、公民館東分館のみ) ▷歯科相談(公民館東分館のみ) ▷身体測定のみも可。気軽に直接会場へお越しください。		
▷身体測定、育児および保健相談 ▷助産師の日は母乳相談(妊婦含む) ▷身体測定のみも可 ▷相談は要予約		
▷要予約(当日も可)		
▷血压測定、健康相談など ▷医師との相談は13:30～14:45(要予約)		
▷食生活で気になることや食事療法、離乳食など ▷要予約 ▷別の日程を希望の方は、ご相談ください。		

※ 保健師・管理栄養士・歯科衛生士による電話相談は随時受け付けます。

乳幼児食育メールを配信しています

お子さんの年齢に合わせた食生活のアドバイスや食コラム、食育関連事業の案内等を携帯電話やパソコンに毎月1回、無料で配信するサービスを実施しています。

配信を希望する方は、インターネットを使用できる携帯電話、パソコン等から登録できます。(左図)

対象 0～5歳の乳幼児の保護者

配信方法 登録したお子さんの生年月日により、0～1歳、2～3歳、4～5歳の3グループに分け、各グループに適した内容のメールを毎月19日に配信します。

なお、6歳の誕生日を迎えた時点で配信は自動的に停止します。

その他 通信料は利用者の負担となります。

〈悪質なメールにご注意ください〉
自治体名をかたってメールアドレスを登録させる等の悪質なメールが増えています。市では、個別に「乳幼児食育メール」登録案内メールを配信することは、一切行っておりませんので、十分ご注意ください。

問合先 健康課

「乳幼児食育メール」登録手順

携帯電話・パソコンから登録

