

健康ガイド

健康課(保健センター)
 (貴井北町5-18-18)
 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—



簡単に栄養バランスを考えたレシピを学び、ロコモプレイ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。

BCG接種

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。

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

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 貴井北町5-18-18)へ。



問診により、検診をお断りすることもあります。

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



内容	とき	ところ	問合先
乳幼児健康相談(のびのび広場相談)	9月2日(水) 13:30～15:30 9月8日(火) 13:30～15:30 9月16日(水) 13:30～15:30 9月29日(火) 13:30～15:30	公民館貫井南分館 婦人会館 公民館東分館 福祉会館	健康課
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	健康課
歯科健康相談(歯科医師)	9月29日(火) 13:30～14:30	〃	健康課
成人健康相談(医師・保健師)	9月11日(金) 13:30～15:30 9月25日(金) 13:30～15:30	福祉会館5階 公民館緑分館	健康課
栄養相談(管理栄養士)	9月18日(金) 13:30～15:30	保健センター	健康課

※ 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。

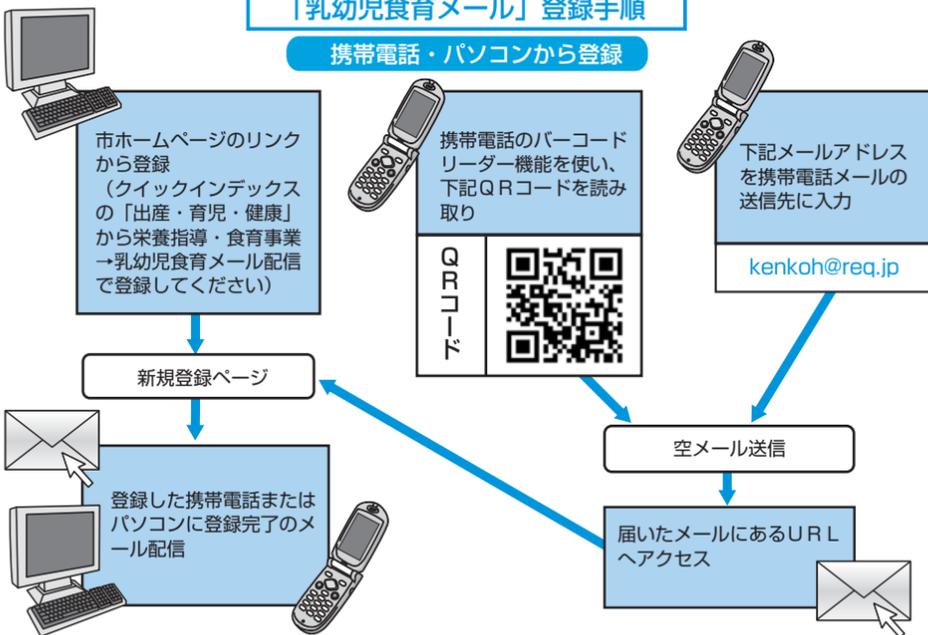
問合先 健康課
 9月の乳幼児・産婦健康診査
 左表のとおり実施します。対象の方には、案内状を郵送しますので、届かない方は、ご連絡ください。



健康診査名	とき	対象
3～4か月児・産婦健康診査	9/3(木)	平成27年5月生まれの乳児と母親
	/17(木)	
1歳6か月児健康診査	9/1(火)	平成26年2月生まれの幼児
	/15(火)	
3歳児健康診査	9/9(水)	平成24年8月生まれの幼児
	/30(水)	

「乳幼児食育メール」登録手順

携帯電話・パソコンから登録



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)

ぜひ、ご登録ください。

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