

12月 健康ガイド

問場▶市保健センター(☎<76>1133)

時 期間・日時 場 場所 内 内容
講 講師 対 対象 定 定員 費 費用
持 持ち物 他 その他 申 申し込み
(※無料の場合は記載を省略)

妊婦・乳幼児

マタニティサロン・赤ちゃんサロン

おしゃべりや情報交換の場

時 17日(木)午前9時～11時(出入り自由) 対 妊婦、6カ月未満の子とその保護者 持 赤ちゃん用バスタオル(妊婦を除く)

母子健康手帳交付と妊婦指導

時 (月)～(金)午前8時30分～正午(祝・29日(月)～31日(木)を除く)

対 妊婦 持 妊娠届出書、外国籍の人は特別永住者証明書・在留カード・外国人登録証明書のいずれか



妊婦さんの栄養教室(予約制)

貧血予防の食事などを学びます

時 17日(木)午後2時～3時45分

対 出産予定が来年2月～6月の妊婦とその家族 定 20人(先着順)

申 11月21日(金)～12月11日(木)(土)(日)(祝を除く)に、直接か電話で同センターへ



バランスのとれた献立を考えます

4か月児・1歳6か月児・3歳児健診および予防接種は個人通知しています。通知書の紛失などで健診を受けていない場合は、同センターまで連絡してください。

教室

ゴックン教室(前期離乳食)

時 10日(木)・24日(木) 受け付け→午後2時10分～2時30分 対 4～6カ月の子とその保護者

持 母子健康手帳・赤ちゃん用バスタオル

カミカミ教室(後期離乳食と歯の手入れ)

時 8日(月)・22日(月) 受け付け→午後1時10分～1時30分 対 7～11カ月の子とその保護者

持 母子健康手帳・赤ちゃん用バスタオル



急病

- ①まずは、かかりつけ医へ
- ②休日夜間急病診療所(市保健センター併設/☎<76>2022)へ

科目	診察日	受付時間
内科・小児科	(月)～(金)	午後8時～10時
	(土)	午後5時～9時
小児科	(日)(祝)(休)・年末年始	午前8時30分～午後9時
	(12月30日～1月3日)	午前8時30分～午後4時30分
歯科	(12月30日～1月3日)	午前8時30分～午後4時30分

※内科・小児科の(日)(祝)(休)・年末年始午前11時30分～午後1時、午後4時30分～5時30分および歯科の午前11時30分～午後1時は休み。

- ③救急医療情報センター(刈谷市/☎<36>1133)へ

- ④小児救急電話相談へ 受付日時→毎日午後7時～11時 電話番号→短縮番号#8000(携帯電話・プッシュ回線契約電話)、または(☎052<962>9900)

- ⑤八千代病院(☎<97>8111)、安城更生病院(☎<75>2111)へ

相談

思春期保健相談ルーム

体と心が大きく成長する思春期の体や性の悩みについて、思春期保健相談士が相談に応じます

時 毎週(火)午後1時～5時(祝・30日を除く) 対 小学生・中学生・高校生とその保護者 他 Eメール(shishunkiroom@city.anjo.aichi.jp)での相談は随時受け付け

家族のためのこころホッと相談日(予約制)

うつ傾向のある家族の悩みや接し方について臨床心理士による相談 時 4日(木)午後1時～5時 対 精神科・心療内科に通っていない人(成人を優先)の家族 定 3人(先着順) 申 11月20日(木)～12月2日(火)(土)(日)(祝を除く)に、直接か電話で同センターへ

保健相談

健康に関する相談。電話相談も可 時 (月)～(金)午前8時30分～正午、午後1時～5時(祝・29日(月)～31日(木)を除く)

食事相談(予約制)

食生活や運動、生活習慣病予防について、相談に応じます

時 2日(火)・17日(木)午前9時～11時、午後1時～3時 対 20歳以上(家族についての相談も可) 申 希望日の10日前まで(土)(日)(祝を除く)に、直接か電話で同センターへ

スクスク子育て相談室(予約制)

育児・栄養・歯などの相談。身体計測のみは予約不要

時 11日(木)・25日(木)午前9時～11時 対 4歳未満の子とその保護者 申 事前に、直接か電話で同センターへ