

7月 健康ガイド

場保健センター(特に記載のあるものを除く)
申申込みが必要な教室等は、各期間内の午前8時30分～午後5時15分(出(出)を除く)に直接か電話で保健センター(☎(76)1133)へ

妊婦・乳幼児

母子健康手帳交付と妊婦指導

時(月)～(金)午前8時30分～正午(祝を除く)

対市内に住民登録のある妊婦

持妊娠届出書、マイナンバー確認書類(妊娠届出書裏面を参照)

他上記時間に来所できない場合は問い合わせてください

ママサロン

ママ同士の交流に運動体験もプラスして、健康づくりを始めましょう。
時4日(水)午前9時～11時(受付は午前10時まで)

対市内に住民登録のある3～5カ月児の母親

持飲み物、赤ちゃん用バスタオル(子と参加の場合)

他体を動かすためスカート不可

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。マタニティサロンの中で講座(予約制)を開催しています。

時18日(水)午前9時～11時(出入り自由)
対市内に住民登録のある妊婦、6カ月未満の子と保護者

母乳(おっぱい)準備のぶち講座(要予約)

産後に備え、授乳の仕方等について助産師が指導します。

時午前9時30分～10時30分

対市内に住民登録のある妊婦

申申込み期間→6月20日(水)～7月13日(金)

パパママ教室(予約制)

パパママ教室 祖父母編

お孫さんを迎える前に、イマドキ子育てを学び、沐浴・孫育てのための体力づくりを体験します。

時10日(水)午後1時30分～3時50分頃(午後1時15分から受付)

対これから孫を迎える予定のある人(知人との参加も可)

定25人程度(先着順)

申申込み期間→6月20日(水)～7月6日(金)

パパママ教室 えいよう編

妊娠中の食生活について、講義と調理の見学・試食で学びます。

時18日(水)午後1時30分～3時30分

(午後1時10分から受付)

対出産予定が9月～来年1月の妊婦とその家族等

定22人(先着順)

申申込み期間→6月20日(水)～7月12日(木)

ゴックン教室(前期離乳食)

2回食までの進め方を学びます。

時9日(月)・23日(月)午後1時30分～2時30分頃(午後1時10分から受付)

対4～6カ月児の保護者・家族等

持母子健康手帳、赤ちゃん用バスタオル(子と参加の場合)

カミカミ教室(後期離乳食と歯の手入れ)

離乳完了までの流れと歯の手入れについて、試食と講義で学びます。

時①3日(水) ②25日(水) いずれも午後1時30分～3時頃(午後1時10分から受付)

場①→桜井福祉センター ②→保健センター

対7～11カ月児の保護者・家族等

持母子健康手帳、赤ちゃん用バスタオル(子と参加の場合)

※4カ月児・1歳6カ月児・3歳児健診及び予防接種は個人通知します。通知書を紛失した人や健診を受けていない人は、連絡してください。
※4カ月児健診時に配布している「ここから利用券」の使用期限は1歳の誕生日を含む月の末日です。予約が必要ですので早めに利用してください。

急病

①まずは、かかりつけ医

②休日夜間急病診療所(保健センター併設/☎(76)2022)

| 科目 | 診察日 | 受付時間 |
|-----|---------------------------|--------------------------------------|
| 内科 | (月)～(金) | 午後8時～10時 |
| | (土) | 午後5時～9時 |
| 小児科 | (日)・(祝)・年末年始(12月30日～1月3日) | 午前8時30分～11時30分、午後1時～4時30分、午後5時30分～9時 |
| | | ※午後5時30分～9時は内科・小児科のみ。 |
| 歯科 | | |

③救急医療情報センター(刈谷市/☎(36)1133)

④小児救急電話相談 受付日時→毎日午後7時～翌日午前8時
電話番号→短縮番号#8000または(☎052(962)9900)

⑤八千代病院(☎(97)8111)、安城更生病院(☎(75)2111)

相談

思春期保健相談ルーム

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(水)午後1時～5時

対小学生～高校生と保護者

他Eメール(shishunkiroom@city.anjo.lg.jp)での相談は随時受付

家族のためのこころホッと相談日(予約制)

うつ傾向にある家族についての悩みに、臨床心理士が相談に応じます。

時5日(水)午後1時～4時30分

対精神科・心療内科に通っていないが、うつ傾向にあると思われる人(成人を優先)の家族

定3人(先着順)

申申込み期限→7月3日(水)

スクスク子育て相談室(予約制)

育児・離乳食や栄養・歯等について、保健師・栄養士・歯科衛生士等が相談に応じます。

時12日(水)・26日(水)午前9時～11時

対4歳までの子と家族等

申申込み期限→希望日前日まで(身長・体重計測のみの場合は予約不要)

カラダいきいき栄養相談(予約制)

食生活について相談に応じます。

時10日(水)・27日(金)午前9時～11時30分、午後1時～3時30分

対20歳以上(家族の相談も可)

定各4人(先着順)

申申込み期限→希望日の前日

保健相談

健康に関して、保健師等が相談に応じます。

時(月)～(金)午前8時30分～正午、午後1時～5時(祝を除く)