

## 場 保健センター

■申込みが必要な教室等は、各申込期間内の午前8時30分～午後5時15分(土(日)(祝)(休)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(4日(休)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を開催しています。

時20日(木)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(予約制)

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

申申込期間→10月21日(月)～11月15日(金)

### 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6日(木)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

持飲料、運動時に床に敷くもの(バスタオル等)、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

### パパママ教室(予約制)

#### 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23日(木)午後1時30分～3時30分(午後1時10分から受付)

対出産予定が来年1月～5月の妊婦とその家族等

定24人(先着順)

申申込期間→10月21日(月)～11月18日(月)



### ゴックン教室(前期離乳食)

2回目までの進め方を学びます。

時5日(火)・19日(火) いずれも午後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(木)・27日(木)午後1時30分～3時頃(午後1時10分から受付)

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か月児・1歳6か月児・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か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確認してください。

## 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・小児科	(月)～(金)	午後8時～10時
	(土)	午後5時～9時
歯科	(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。

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

### 家族のためのこころホット相談日(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7日(木)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)

申申込期限→11月5日(火)

### 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①A(じっくり)コース→8日(金) ②B(かんたん)コース→20日(木) いずれも午前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①→4人(先着順)

申申込期限▶①→11月7日(木) ②→予約不要

### 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14日(木)・28日(木)午前9時～11時

対4歳までの子と家族等

申申込期限→希望日の前日

※身長・体重計測のみの場合は予約不要。

### 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(木)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

### 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(4日(木)を除く)