

3月

健康ガイド

問▶市保健センター(☎76)1133)

※市保健センターの改修に伴い、3月31日(金)まで、一部の事業を仮設健診室(保健センター西側駐車場)及び他の施設で実施します。

※申込が必要な教室等は、各期限内(出(日)を除外)に直接か電話で市保健センター。

» 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) 場仮設健診室 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ください



副読本や健診受診票等も配布します

■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8日(火)・22日(水)午後1時30分～2時30分頃(開始時間の20分前から受付) 場青少年の家 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

■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・試食で学びましょう

時15日(水)午後1時30分～3時15分頃(開始時間の20分前から受付)



場青少年の家 対出産予定が5月～9月の妊婦とその家族等 定20人(先着順) 申申込期間→2月20日(月)～3月9日(木)

■カミカミ教室(後期離乳食と歯の手入れ)

離乳完了までと歯の手入れについて、試食と講義で学びます



時7日(火)・21日(水)午後1時30分～3時頃(開始時間の20分前から受付) 場青少年の家 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

■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15日(水)午前9時～11時(出入り自由) 場仮設健診室 対市内に住民登録のある妊婦、6カ月未満の子とその保護者

■母乳(おっぱい)準備のぶち講座

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 対受講時に妊娠20週以降の妊婦 定10人(先着順) 申申込期間→2月20日(月)～3月10日(金)



▲等身大の乳児の人形を抱き、授乳をイメージしながら学びます

» 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)・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
	歯科	※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)へ

- ④小児救急電話相談へ 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)へ

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ています。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。乳幼児健診は昨年4月より仮設健診室で実施しています。

» 相談

■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、相談に応じます

時9日(木)・23日(水)午前9時～11時 場仮設健診室 対4歳までの子とその家族等 申申込期限→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7日(火)・24日(金)午前9時～11時30分、午後1時～3時30分 場総合福祉センター 対20歳以上(家族の相談も可) 定各4人(先着順) 申申込期限→希望日の10日前まで

■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(28日(火)は午前9時～午後5時) 対小学生～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等、臨床心理士が相談に応じます

時2日(水)午後1時10分～4時30分 場市民会館 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) 申申込期間→2月16日(木)～28日(火)