

3月

健康ガイド

市保健センター(特に記載のあるものを除く)

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(土・日・祝を除く)に直接か電話で市保健センター(☎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

■パパママ教室(予約制)

パパママ教室 えいよう編

妊娠中の食生活と姿勢について、講義と調理の見学・試食で学びましょう。



時17日(土)午後1時30分～3時30分頃(開始時間の20分前から受付)

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)

申込期間→2月20日(火)～3月12日(月)

■マタニティサロン・赤ちゃんサロン



楽しくおしゃべりしましょう

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14日(火)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カ月未満の子とその保護者

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

対受講時に妊娠20週以降の妊婦

申込期間→2月20日(火)～3月9日(金)

■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①12日(月)・26

日(月) ②20日

(火) いずれも

午後1時30分

～2時30分頃

(開始時間の

20分前から受付)

場①→市保健センター ②→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、赤ちゃん用バスツール



■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7日(火)・28日(火)午後1時30分～3時頃(開始時間の20分前から受付)

対7～11カ月児の保護者・家族等

持母子健康手帳、赤ちゃん用バスツール

急病

①まずは、かかりつけ医

②休日夜間急病診療所(市保健センター併設/☎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

■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(火)午後1時～5時(27日(火)は午前9時～正午も実施)

対小学生～高校生とその保護者

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1日(火)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)

申込期間→2月19日(月)～27日(火)

■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8日(火)・22日(火)午前9時～11時

対4歳までの子とその家族等

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8日(火)・20日(火)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)

申込期限→希望日の10日前まで

■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)