

# みんなの健康カレンダー 4月

日 (SUN)	月 (MON)	火 (TUE)
<p>～こころの健康相談をご利用ください～</p> <p>4月は、学校・職場の環境が変わったり、年度変わりの区切りを機に、心のバランスをくずす方が多い月です。「眠れない」「気分が落ち込む」そんな心のサインがみられたら、早めにご相談ください。</p> <p>内 容：心療内科の医師による個別相談（所内相談または訪問） 時 期：随時（申込があり次第、医師と日程相談いたします） 申し込み・問い合わせ いきいき健康課 ☎ 275-8785</p>		
3	4	5 ②育児学級 
10	11	12 ⑥ようこそ赤ちゃん学級 (2回目) 
17	18 ①母子手帳交付 (午後) ⑨子宮がん検診申込み (午後)	19 ⑧湯ったり健康相談 
24	25	26 ⑦すくすく相談 (総合会館) 

水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)
		1	2 
6 ⑥ようこそ赤ちゃん学級 (1回目)	7 ①母子手帳交付 (午後) 	8 ⑦すくすく相談 (ゆめてらす) 	9
13 ⑤1歳6カ月児健診 	14	15	16 
20 ⑥ようこそ赤ちゃん学級 (3回目)	21 ③4カ月児健診 ④10カ月児健診	22	23
27	28 ①母子手帳交付 (午前) ⑨子宮がん検診申込み (午前)	29 昭和の日	30 

## ①母子健康手帳交付

日 時：  
4月7日(木)・18日(月)  
午後1時30分～4時  
4月28日(木)  
午前9時～11時30分  
場 所：総合会館 保健センター

☆「母子健康手帳交付」を受けられる方は、次の物をお持ちください  
○個人番号通知カード  
○印鑑 ○運転免許証

## ②育児学級 (※)

日 時：4月5日(火)  
午前9時30分～正午  
受 付：午前9時10分～9時20分  
場 所：総合会館 保健センター  
対 象：平成28年2月生まれの乳児と保護者  
持 ち 物：母子健康手帳、質問用紙、筆記用具、バスタオル

## ③4カ月児健診 (※)

日 に ち：4月21日(木)  
場 所：総合会館 保健センター  
対 象 児：平成27年12月生まれの児  
持 ち 物：母子健康手帳、健診質問票、バスタオル

## ④10カ月児健診 (※)

日 に ち：4月21日(木)  
場 所：総合会館 保健センター  
対 象 児：平成27年6月生まれの児  
持 ち 物：母子健康手帳、健診質問票、バスタオル

## ⑤1歳6カ月児健診 (※)

日 に ち：4月13日(水)  
場 所：総合会館 保健センター  
対 象 児：平成26年8月～平成26年9月生まれの児  
持 ち 物：母子健康手帳、健診質問票

## ⑥ようこそ赤ちゃん学級 (※)

日 時：4月6日(水)・12日(火)・20日(水)  
時 間：午前9時30分～正午  
場 所：総合会館 保健センター  
対 象：妊娠5か月～8か月の妊婦さん  
持 ち 物：母子健康手帳、筆記用具

## ⑦母と子のすくすく相談

場所・日時：総合会館 4月26日(火) 午前9時30分～11時  
ゆめてらす 4月8日(金) 午前10時～11時  
持 ち 物：母子健康手帳  
☆お子さんの身体計測、子育て相談、栄養相談を行います。栄養相談は予約制ですので、ご希望の方はいきいき健康課へご連絡ください。

## ⑧湯ったり健康相談

日 時：4月19日(火) 午前10時～11時30分  
場 所：総合会館 温泉  
対 象：65歳以上の方  
☆保健師による個別相談を行います

## ⑨子宮がん検診申込み

日 時：4月18日(月) 午後1時30分～4時  
4月28日(木) 午前9時～11時30分  
場 所：総合会館 保健センター  
対 象：20歳以上の女性  
☆印鑑をお持ちください  
☆年1回、無料で受診できます

### 特定検診・がん検診の申し込みが始まります!!

締切期日内(4月20日消印有効)にお申し込みください。  
詳しくは、本誌6ページをご覧ください。

### 乳がん検診

対 象：30歳以上の女性  
☆乳がん検診は毎年1回、自己負担1250円で受診できます  
☆詳しくは、8月号の広報でご案内の予定です

※印の健診等は、対象者に個別通知を郵送しています。詳しくは通知をご覧ください。

問い合わせ いきいき健康課 健康増進係 ☎ 275-8785