

# みんなの健康カレンダー 3月

## ①母子健康手帳交付・健康相談

日 時  
 ◇3月16日(金)  
 午前9時～11時30分  
 ◇3月6日(火)・26日(月)  
 午後1時30分～4時  
 ★母子手帳交付の際には印鑑が必要となります  
 ★予防接種の相談も受け付けております

## ②育児学級

開催日：3月13日(火)  
 受付時間：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24年1月生まれの乳児と保護者  
 持ち物：母子健康手帳、筆記用具、印鑑、バスタオル

## ③4カ月児健診

開催日：3月28日(水)  
 受付時間：午後1時30分～2時  
 場 所：総合会館 保健センター  
 対象児：平成23年11月生まれの児  
 持ち物：母子健康手帳、健康保険証、印鑑、バスタオル

## ④10カ月児健診

開催日：3月28日(水)  
 受付時間：午後1時～1時30分  
 場 所：総合会館 保健センター  
 対象児：平成23年5月生まれの児  
 持ち物：母子健康手帳、健康保険証、印鑑、バスタオル

## ⑤3歳児健診

開催日：3月29日(木)  
 受付時間：午後1時～1時30分  
 場 所：総合会館 保健センター  
 対象児：平成20年12月～平成21年1月生まれの児  
 持ち物：母子健康手帳、健康保険証、健診質問票、印鑑

日 (SUN)	月 (MON)	火 (TUE)
「こころもメンテが必要だよ…」♡～こころの健康相談のお知らせ～♡ 最近、「眠れない」「熟睡感がない」という症状はありませんか？このサインに早めに気づいて心身のケアをすることが大切です。 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） 申込・問合せ：いきいき健康課 ☎275-8785		
4 	5 	6 ①母子健康手帳交付 健康相談（午後）
11	12 ⑥すくすく相談 （ゆめてらす）	13 ②育児学級
18	19	20
25 	26 ①母子健康手帳交付 健康相談（午後）	27

## ⑥母と子のすくすく相談

総合会館  
 3月8日(木) 午前9時30分～11時  
 ゆめてらす  
 3月12日(月) 午前10時～11時30分  
 持ち物：母子健康手帳



## ⑦ようこそ赤ちゃん学級 (妊婦教室)

開催日：3月7日(水)・14日(水)・22日(木)  
 受付時間：午後1時10分～1時40分  
 場 所：総合会館 保健センター  
 対 象：妊婦とその夫(先着順10組程度)  
 持ち物：母子健康手帳、筆記用具



水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)
	1	2	3 
7 ⑦ようこそ赤ちゃん学級 （1回目）	8 ⑥すくすく相談 （総合会館）	9	10
14 ⑦ようこそ赤ちゃん学級 （2回目）	15 ⑧湯ったり健康相談	16 ①母子健康手帳交付 健康相談（午前） 	17
21	22 ⑦ようこそ赤ちゃん学級 （3回目）	23	24
28 ③4ヶ月児健診 ④10ヶ月児健診 	29 ⑤3歳児健診	30 	31

## ⑧湯ったり健康相談

開催日：3月15日(木)  
 時 間：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。  
 ★栄養士のお話もあります。  
 温泉を利用しない方もお立ち寄りください。

## 健康診断についての大事なお知らせ

**4月になったら健診・がん健診の申込みが始まります！**  
 4月上旬に申込み用紙を世帯ごとに発送しますので、確認の上、お申込みください。  
 対象になる方：  
 町内に住民票のある30歳以上の方



## 麻しん・風しん予防接種を受けましょう!!

3月は子ども予防接種週間です



麻しん・風しんは一般に子どもが多くかかる病気として知られていますが、近年、10代及び20代の年齢層を中心に流行しています。発症を確実に防ぐには、2回の予防接種が必要とされていますが、流行の中心となっている世代の方々は幼少期に1回しか予防接種の機会がありませんでした。  
 現在、中学1年生と高校3年生でまだ接種していない方は3月31日までに必ず受けるようにしましょう！  
 紛失・転入等により接種券・予診票がお手元ない場合はご連絡ください いきいき健康課 ☎275-8785