

みんなの健康カレンダー 2月



日 (SUN)	月 (MON)	火 (TUE)
こんにちは！保健師です 「油断しないで!! インフルエンザ」 感染拡大を予防するには「一人一人が感染を防ぐ!」という意識が大切です。 ①こまめな手洗い・うがい②咳エチケット③罹った時の外出自粛を基本とした対策をとり、この冬を乗り切って行きましょう。		
5 昭和フェスティバル	6 	7
12	13	14 ①母子健康手帳交付健康相談(午後) ⑨湯ったり健康相談
19	20	21
26	27 ⑦すくすく相談(ゆめてらす) 	28

水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)
1	2 ①母子健康手帳交付健康相談(午前) ⑩シニア元気アップ教室	3 	4
8	9 ⑦すくすく相談(総合会館) ⑩シニア元気アップ教室	10	11
15 ②育児学級 	16 ⑩シニア元気アップ教室 	17 ⑥2歳歯みがき教室 	18
22 ①母子健康手帳交付健康相談(午前)	23 ⑤1.6歳児健診 ⑩シニア元気アップ教室	24	25 ⑧パパママ学級
29 ③4カ月児健診 ④10カ月児健診			

①母子健康手帳交付・健康相談

日時
◇2月2日(木)・22日(水)
午前9時～11時30分
◇2月14日(火)
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育児教室

開催日：2月15日(水)
受付時間：午前9時～11時
場所：総合会館 保健センター
対象：平成23年12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：2月29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10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：2月29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4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

⑤1.6歳児健診

開催日：2月23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22年6月～7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

⑥2歳歯みがき教室

開催日：2月17日(金)
受付時間：午前9時50分～10時
場所：総合会館 保健センター
対象児：平成21年12月～平成22年1月生まれの児
持ち物：母子健康手帳、歯ブラシ、コップ、質問票

⑧パパママ学級(両親学級)

開催日：2月25日(土)
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：初産の妊婦とその夫(先着順10組程度)
持ち物：母子健康手帳、筆記用具

⑦母と子のすくすく相談

総合会館 2月9日(木) 午前9時30分～11時
ゆめてらす 2月27日(月) 午前10時～11時30分
持ち物 母子健康手帳

⑨湯ったり健康相談

日時：2月14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。温泉を利用しない方もお立ち寄りください。

⑩シニア元気アップ教室

日時：2月2・9・16・23日(木)
午前10時～11時30分
場所：町立温水プール
対象：65歳以上の方で、事前にお申込みをされた方

「こころのサインに気づいていますか？」♡～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。このような症状がある方はいきいき健康課までお気軽にご相談ください。
★こころの健康相談について★
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)