みんなの健康カレンダー　2月

日（SUN）	月（MON）	火（TUE）	水（WED）	木（THU）	金（FRI）	土（SAT）
「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） 申し込み・問い合わせ：いきいき健康課（☎ 275 － 8785）			MR（麻しん・風しん）混合ワクチンの接種は済んでいますか？ 小学校就学前の児・中学１年生・高校３年生に相当する年齢のお子さんは、３月３１日までに MR 混合ワクチンを接種してください。期限を過ぎてしまうと、公費では接種できません。		1	2
3	4	5 ①母子手帳交付（午前） ⑩子宮頸がん検診申込み 健康相談（午前）	6 ⑧すくすく相談 （総合会館）	7	8	9 健康フェスタ 2013
10	11 建国記念の日	12	13 ①母子手帳交付（午後） ⑩子宮頸がん検診申込み 健康相談（午後）	14 ⑨湯ったり健康相談	15 ②育児学級	16
17	18	19	20 ⑥２歳歯みがき教室	21	22 ①母子手帳交付（午前） ⑩子宮頸がん検診申込み 健康相談（午前）	23 ⑦パパママ学級
24	25 ⑧すくすく相談 （ゆめてらす）	26	27 ③４カ月児健診 ④ 10 カ月児健診	28 ⑤１歳６カ月児健診	≪油断しないで !! インフルエンザ≫ 感染拡大を予防するには【1 人 1 人が感染を防ぐ】という意識が大切です。①栄養と休養を十分取る②人込みを避ける③適度な温度・湿度を保つ④外出後の手洗いうがいの敢行⑤マスクを着用するなどの対策をとりましょう !!	

①母子健康手帳交付

日　　時：
２月５日（火）・22 日（金）
午前９時～ 11 時 30 分
２月 13 日（水）
午後１時 30 分～４時
場　　所：総合会館　保健センター
★母子健康手帳交付の際には印鑑が必要です
★予防接種の相談も受け付けています

②育児学級

日　　時：２月 15 日（金）
午前９時 30 分～正午
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 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

日　　時：２月 27 日（水）午後２時～
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 24 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

④ 10 カ月児健診

日　　時：２月 27 日（水）
午後１時 30 分～
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 24 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歳６カ月児健診

日　　時：２月 28 日（木）
午後１時 30 分～
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６月～
平成 23 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

日　　時：２月 20 日（水）　午前 10 時～ 11 時 30 分
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：平成 22 年 12 月～平成 23 年１月生まれの児
持 ち 物：母子健康手帳、質問票、コップ、歯ブラシ

⑦パパママ学級

日　　時：２月 23 日（土）　午後１時 40 分～
受付時間：午後１時 10 分～１時 30 分
場　　所：総合会館　保健センター
対　　象：初産の妊婦さんとその夫
持 ち 物：母子健康手帳、筆記用具

⑧母と子のすくすく相談

総合会館
２月６日（水）午前９時 30 分～ 11 時
ゆめてらす
２月 25 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（木）
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

⑩子宮頸がん検診申込み・健康相談

日　　時：２月５日（火）・22 日（金）　午前９時～ 11 時 30 分
２月 13 日（水）　午後１時３０分～４時
場　　所：総合会館　保健センター
★子宮頸がん検診申込み対象者は、町内に住民票がある 20 歳以上の女性の方
★受診券交付の際には印鑑が必要です
★子宮頸がん受診券の有効期限は２月 28 日までになりますのでご了承ください

問い合わせ　いきいき健康課（☎２７５－８７８５）