

みんなの健康カレンダー 10月

| 日 (SUN) | 月 (MON) | 火 (TUE) |
|---|--|------------------------------------|
| | | |
| 5  | 6 ⑦すくすく相談 (ゆめてらす) | 7 ⑨ SMK48 |
| 12 ふれあいまつり | 13 体育の日 | 14 ⑨ SMK48 |
| 19  | 20 | 21 ⑦すくすく相談 (総合会館) ⑨ SMK48 |
| 26  | 27 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) | 28 ⑨ SMK48 |

| 水 (WED) | 木 (THU) | 金 (FRI) | 土 (SAT) |
|--|---|-----------------|---|
| 1 ⑥ようこそ赤ちゃん1 | 2 | 3 ②育児学級 | 4  |
| 8 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) | 9 ⑥ようこそ赤ちゃん2 乳がん検診 | 10 | 11  |
| 15 | 16 ①母子手帳交付 (午後) ⑥ようこそ赤ちゃん3 ⑧湯ったり健康相談 ⑩子宮頸がん検診申込み 健康相談 (午後) | 17 | 18  |
| 22  | 23 ③4カ月児健診 ④10カ月児健診 | 24 乳がん検診 | 25 |
| 29 | 30 乳がん検診 | 31 | |

①母子健康手帳交付 ⑩子宮頸がん検診申込み・健康相談

日 時：
◇10月8日(水)
午前9時～11時30分
◇10月16日(木)・27日(月)
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・子宮頸がん申込み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：10月3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26年8月生まれの乳児と保護者
持 ち 物：母子健康手帳、筆記用具、バスタオル

③4カ月児健診 (※)

日 時：10月23日(木) 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26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

④10カ月児健診 (※)


日 時：10月23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25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

⑤1歳6カ月児健診 (※)

日 時：10月22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25年2月～平成25年3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


⑥ようこそ赤ちゃん安産学級 (※)

日 時：10月1日(水)・9日(木)・16日(木)
受付時間：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カ月～8カ月の妊婦さん
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：
○総合会館 10月21日(火) 午前9時30分～11時
○ゆめてらす 10月6日(月) 午前10時～11時30分
持 ち 物：
母子健康手帳



⑧湯ったり健康相談

日 時：10月16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

⑨SMK48(昭和三十九年メタボ改善48日間プロジェクト)

日 時：10月7日(火)～11月18日(火)
毎週火曜日 午後7時30分～8時30分
場 所：総合会館
対 象：30歳以上70歳未満の方
※事前にいきいき健康課(☎275-8785)までお申込みください

シニアのための脳の若返り教室

i Pad (アイ・パッド) を使って行う脳トレーニング教室です。
手先・指先・頭を使いながら、参加者のみなさんと笑って楽しく脳の若返りを実感してみませんか？
日 時：1コース6回 毎週火曜日 午前10時～11時30分
[Aコース] 10月14・21・28日、11月4・11・18日
[Bコース] 11月25日、12月2・9・16日、1月6・13日 } どちらかのコースを選んでください
申込場所：総合会館 保健センター
定 員：各回20名(定員になり次第締め切り)
締め切り：[Aコース] 10月10日(金)まで [Bコース] 11月20日(木)まで

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