

みんなの健康カレンダー 11月

①母子健康手帳交付

日 時：
 11月 5日 (火) 午後1時30分～4時
 11月 14日 (木) 午前9時～11時30分
 11月 25日 (月) 午後1時30分～4時
 場 所：総合会館 保健センター
 持 ち 物：印鑑、個人番号通知カード、
 運転免許証

②健康相談 (健診結果報告)

日 時：
 11月 5日 (火) 午後1時30分～4時
 11月 14日 (木) 午前9時～11時30分
 11月 25日 (月) 午後1時30分～4時
 場 所：総合会館 保健センター
 持 ち 物：健診時使用した健診バッグ
 ※結果表は、ご本人またはご本人の
 健診バッグを持ったご家族以外の
 方にはお渡しできません

③育児学級 (※)

日 時：11月1日 (金)
 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：令和元年9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

④4カ月児健診 (※)

日 に ち：11月28日 (木)
 受 付：午後1時～
 場 所：総合会館 保健センター
 対 象 児：令和元年7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

⑤10カ月児健診 (※)

日 に ち：11月26日 (火)
 受 付：午後1時20分～
 場 所：総合会館 保健センター
 対 象 児：平成31年1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

⑥3歳児健診 (※)

日 に ち：11月21日 (木)
 受 付：午後1時～3時15分
 場 所：総合会館 保健センター
 対 象 児：平成28年8月～
 平成28年9月生まれの児
 持 ち 物：母子健康手帳、健診質問票、
 尿検査キット

| 日 (SUN) | 月 (MON) | 火 (TUE) |
|---|---|----------------------------------|
| 「油断しないで!! インフルエンザ」 感染拡大を予防するには「一人ひとりが感染を防ぐ!」という意識が大切です。 ①栄養と休養を十分取る②人混みを避ける③適度な温度・湿度を保つ④外出 後の手洗いとうがいの励行⑤マスクを着用するなどの対策をとり、この冬を 乗り切っていきましょう。 | | |
| 3 文化の日  | 4 振替休日 | 5 ①母子手帳交付 ②健康相談 |
| 10  | 11 ⑩乳がん検診 | 12 ⑨湯ったり健康相談 ⑩乳がん検診 |
| 17 | 18 | 19 |
| 24  | 25 ①母子手帳交付 ②健康相談 ⑩子宮頸がん検診申し込み | 26 ⑤10カ月児健診 |

⑦2歳歯科検診 (※)

日 に ち：11月20日 (水)
 時 間：午後1時～
 場 所：総合会館 保健センター
 対 象 児：平成28年8月～9月生まれの児
 持 ち 物：母子健康手帳、検診質問用紙、バスタオル



⑧すくすく相談

総合会館 11月 6日 (水)
 午前9時30分～11時
 ゆめてらす 11月29日 (金)
 午前10時～11時
 持 ち 物：母子健康手帳、バスタオル

⑨湯ったり健康相談

日 時：11月12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・管理栄養士による個別相談を行います

※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。

| 水 (WED) | 木 (THU) | 金 (FRI) | 土 (SAT) |
|--|---|---------------------------------|--|
| | | 1 ③育児学級 | 2  |
| 6 ⑧すくすく相談 (総合会館) | 7 ⑪脳トレ 4回目 | 8 | 9  |
| 13 | 14 ①母子手帳交付 ②健康相談 ⑩子宮頸がん検診申し込み | 15 ⑩乳がん検診 | 16 |
| 20 ⑦2歳歯科検診  | 21 ⑥3歳児健診  | 22 ⑪脳トレ 5回目 | 23 勤労感謝の日  |
| 27 | 28 ④4カ月児健診 | 29 ⑧すくすく相談 (ゆめてらす) | 30 |

⑩子宮頸がん検診申し込み

日 時：11月14日 (木) 午前9時～11時30分
 11月25日 (月) 午後1時30分～4時
 場 所：総合会館 保健センター
 ★ 対 象：町内に住民票がある20歳以上の女性の方
 ★ 持 物：印鑑

⑪脳トレ ～シニアのための脳の若返り教室～

日 に ち：11月 7日 (木)・22日 (金)
 12月 5日 (木)・20日 (金)
 1月10日 (金)・23日 (木)
 2月 6日 (木)・21日 (金)
 3月 5日 (木) 全12回
 時 間：午後1時30分～3時
 対 象：昭和町在住の65歳以上の方
 場 所：総合会館保健センター
 ※事前にお申し込みの方が対象となります

⑩乳がん検診 (※)

11月11日 (月) 午後
 12日 (火) 午後
 15日 (金) 午後
 ※町内在住の30歳以上の女性で、事前に検診
 を申し込んだ方が対象です
 ※医療機関での検診の申し込みはまだ可能で
 す。ご希望の方は11月29日 (金) までに
 いきいき健康課にご連絡ください。

【問い合わせ】
 いきいき健康課 健康増進係 (☎ 275 - 8785)