

みんなの健康カレンダー 10月

①母子健康手帳交付

日 時：
 10月 8日(木) 午後1時30分～4時
 10月21日(水) 午前9時～11時30分
 10月30日(金) 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、運転免許証
 ☆妊婦相談、栄養相談がありますので
 お時間に余裕を持ってお越しください。
 ☆予約制になりますので、いきいき健康課までご連絡ください。

②育児学級 ※

日 時：10月1日(木) 午前
 受 付：別途個別にお知らせします。
 場 所：総合会館 保健センター
 対 象：令和2年8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

③ 4 カ月児健診 ※

日 に ち：10月29日(木)
 受 付：別途個別にお知らせします。
 場 所：総合会館 保健センター
 対 象 児：令和2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

④ 10 カ月児健診 ※

日 に ち：10月28日(水)
 受 付：別途個別にお知らせします。
 場 所：総合会館 保健センター
 対 象 児：令和元年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

⑤ 1 歳 6 カ月児健診 ※

日 に ち：10月22日(木)
 受 付：別途個別にお知らせします。
 場 所：総合会館 保健センター
 対 象 児：平成31年2月～3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

※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。
 問い合わせ いきいき健康課 健康増進係
 (☎ 275 - 8785)

日 (SUN)	月 (MON)	火 (TUE)
乳がん検診 10月14日(水)・16日(金)・19日(月)・21日(水) 昭和町に住民票のある30歳以上の女性で、“検診を申し込んだ方”が対象 です。 ※毎年の受診が可能です。		
4 	5 	6 ⑪脳トレ 1回目
11	12 結核レントゲン2次検診②	13 ⑧湯ったり健康相談 結核レントゲン2次検診③
18 	19 乳がん検診	20 ⑪脳トレ 2回目
25	26 ⑦すくすく相談 (ゆめてらす)	27 ⑪脳トレ 3回目

⑥ようこそ赤ちゃん学級 ※

日 時：Aコース… 7日(水) 時 間：午前9時30分～正午
 Bコース… 14日(水) 場 所：総合会館 保健センター
 ※各コースとも同じ内容です。 対 象：5カ月～8カ月の妊婦さん
 各コースの定員8名(要予約) 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 10月 8日(木) 午前9時30分～11時
 ゆめてらす 10月26日(月) 午前10時～11時
 持 ち 物：母子健康手帳、バスタオル (要予約)
 お子さんの身体計測、子育て相談、栄養相談を行います。

⑧湯ったり健康相談

日 時：10月13日(火) 午前10時～11時30分
 場 所：総合会館 温泉前廊下
 対 象：65歳以上の方
 ★保健師による血圧測定や個別相談を行います。

水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)
	1 ②育児学級	2 結核レントゲン2次検診①	3 
7 ⑥ようこそ赤ちゃん学級 Aコース	8 ①母子手帳交付 ⑦すくすく相談 (総合会館) ⑨健康相談	9 	10
14 ⑥ようこそ赤ちゃん学級 Bコース 乳がん検診	15 就学児健診	16 乳がん検診	17
21 ①母子手帳交付 乳がん検診 ⑨健康相談	22 ⑤1歳6カ月児健診	23	24 ⑩パパママ学級
28 ④10カ月児健診	29 ③4カ月児健診	30 ①母子手帳交付 ⑨健康相談	31 

⑨健康相談

日 時：
 10月 8日(木) 午後1時30分～4時
 10月21日(水) 午前9時～11時30分
 10月30日(金) 午後1時30分～4時
 場 所：総合会館 保健センター
 対 象：8月の報告会に来所していない方
 (精検依頼状のある方のみ)
 持 ち 物：健診バッグ

⑩パパママ学級 ※

日 時：10月24日(土)
 受 付：午後1時
 場 所：総合会館 保健センター
 対 象：令和2年11月～令和3年2月
 出産予定日の初産の方
 定 員：8組(要予約)

⑪シニアのための脳の若返り塾(脳トレ)

i Padを使って行う脳のトレーニングです。
 今年度は新型コロナウイルス感染症防止のため、一人1台のiPadを使います。
 日 程：10月 6日・20日・27日、11月10日・24日、12月8日・22日
 1月12日・26日、2月9日・16日、3月2日・16日 全13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
 定 員：15名(参加決定通知が来ている方)