

健康診査・教室・相談

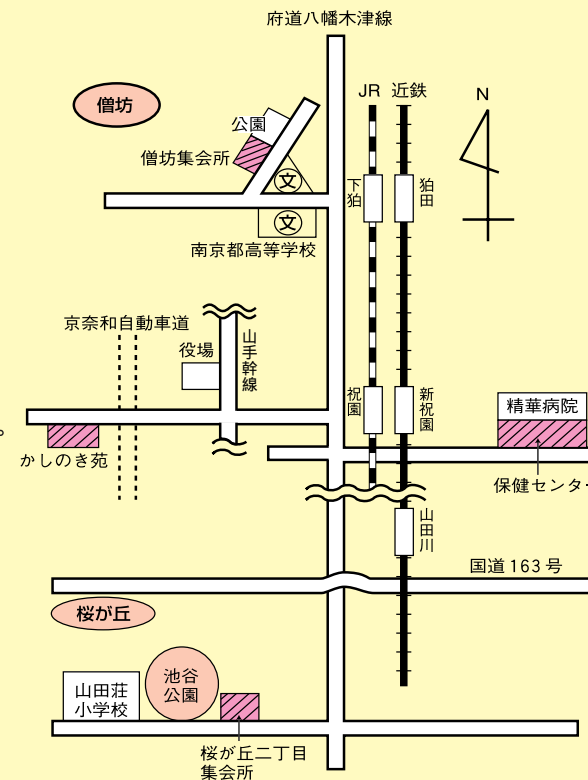
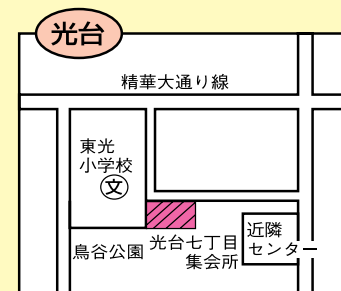
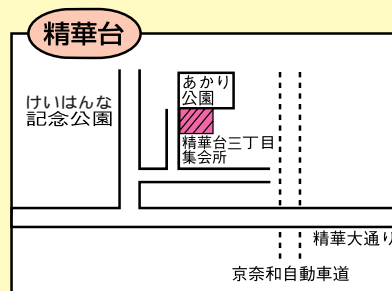
パパママ教室 予約制（3日前まで） 両親編の申込みは広報などでお知らせします。

	① 妊娠・食事編	② 出産編	③ 育児編	両親編
実施日	4 / 19 (火)	5 / 16 (月)	5 / 27 (金)	6 / 25 (土)
	8 / 2 (火)	8 / 26 (金)	9 / 6 (火)	10 / 1 (土)
	11 / 1 (火)	11 / 22 (火)	12 / 1 (木)	1 / 21 (土)
	2 / 14 (火)	3 / 1 (水)	3 / 17 (金)	3 / 25 (土)
会場	かしのき苑 午後1:00～午後3:30	保健センター 午後1:30～午後3:30	保健センター 午後1:30～午後3:30	保健センター 午前10:00～12:00
内容	1) 妊娠の経過と体の変化 2) 妊婦体操 3) 妊娠中の栄養 4) ヘルシークッキング（調理実習と試食）	1) 妊娠・分娩の経過と過ごし方 2) リラックス法 3) おっぱいの手入れ	1) 赤ちゃんの生活 2) お風呂の入れ方 3) 先輩ママとの交流	1) 助産師の話 2) 沐浴実習 3) 妊娠疑似体験

◇ **にこにこ相談** 〈乳幼児相談〉 予約制（2日前まで）
（対象児）0～3歳児 （時間）午前9:30～11:00

会場	光台七丁目 集会所	精華台三丁目 集会所	僧坊集会所	保健センター	桜が丘二丁目 集会所
実施日	4 / 12 (火)	4 / 13 (水)	5 / 24 (火)	6 / 14 (火)	7 / 29 (金)
	8 / 4 (木)	8 / 5 (金)	9 / 13 (火)	10 / 20 (木)	11 / 8 (火)
	12 / 5 (月)	12 / 6 (火)	1 / 27 (金)	2 / 21 (火)	3 / 14 (火)
内容	① 計測 ② 育児相談 ③ 離乳食相談				

◇ **電話相談** 育児や日常生活についての不安や悩みに保健師がいつでも電話相談に応じます。気軽にお電話ください。



◇ **乳幼児健康診査** (会場) 保健センター (時間) 午後 1:30～ 個人通知します。

健診名	3～4か月児健康診査		9～10か月児健康診査		1歳6か月児健康診査		2歳児歯科健康診査		3歳6か月児健康診査			
実施日	実施日	対象児（生年月日）	実施日	対象児（生年月日）	実施日	対象児（生年月日）	実施日	対象児（生年月日）	実施日	対象児（生年月日）		
	4 / 26 (火)	H 16 . 12	4 / 27 (水)	H 16 . 6	4 / 25 (月)	H 15 . 9	4 / 7 (木)	H 14 . 11	4 / 6 (水)	H 13 . 9		
	5 / 30 (月)	H 17 . 1	5 / 31 (火)	H 16 . 7	5 / 13 (金)	H 15 . 10	5 / 9 (月)	H 14 . 12	5 / 11 (水)	H 13 . 10		
	6 / 28 (火)	H 17 . 2	6 / 29 (水)	H 16 . 8	6 / 23 (木)	H 15 . 11	5 / 10 (火)	H 15 . 1	5 / 12 (木)	H 13 . 11		
	7 / 26 (火)	H 17 . 3	7 / 27 (水)	H 16 . 9	7 / 8 (金)	H 15 . 12	6 / 21 (火)	H 15 . 2	6 / 22 (水)	H 13 . 11		
	8 / 29 (月)	H 17 . 4	8 / 30 (火)	H 16 . 10	8 / 12 (金)	H 16 . 1	7 / 7 (木)	H 15 . 2	7 / 5 (火)	H 13 . 12		
	9 / 27 (火)	H 17 . 5	9 / 28 (水)	H 16 . 11	9 / 22 (木)	H 16 . 2	8 / 10 (水)	H 15 . 3	8 / 8 (月)	H 14 . 1		
	10 / 25 (火)	H 17 . 6	10 / 26 (水)	H 16 . 12	10 / 14 (金)	H 16 . 3	8 / 11 (木)	H 15 . 3	9 / 21 (水)	H 14 . 2		
	11 / 28 (月)	H 17 . 7	11 / 29 (火)	H 17 . 1	11 / 11 (金)	H 16 . 4	9 / 26 (月)	H 15 . 4	10 / 12 (水)	H 14 . 3		
	12 / 19 (月)	H 17 . 8	12 / 20 (火)	H 17 . 2	12 / 9 (金)	H 16 . 5	10 / 17 (月)	H 15 . 5	10 / 13 (木)	H 14 . 3		
	1 / 24 (火)	H 17 . 9	1 / 25 (水)	H 17 . 3	12 / 9 (金)	H 16 . 5	11 / 10 (木)	H 15 . 6	11 / 9 (水)	H 14 . 4		
	2 / 24 (金)	H 17 . 10	2 / 27 (月)	H 17 . 4	1 / 13 (金)	H 16 . 6	12 / 8 (木)	H 15 . 7	12 / 7 (水)	H 14 . 5		
	3 / 24 (金)	H 17 . 11	3 / 27 (月)	H 17 . 5	2 / 10 (金)	H 16 . 7	1 / 12 (木)	H 15 . 8	1 / 11 (水)	H 14 . 6		
内容	身体計測	離乳食指導	身体計測	離乳食指導	身体計測	歯科診察	保健指導	歯科診察	保健指導	身体計測	内科診察	歯科指導
	内科診察	保健指導	内科診察	保健指導	内科診察	歯科指導	歯科指導	歯科指導	歯科指導	視力検査	歯科診察	保健指導

精華町役場 衛生課 95-1905 (直通)

〈母子〉 予防接種、乳幼児健康診査、パパママ教室 相談 (にこにこ相談、電話相談)