

保健相談センターから

問い合わせ

〒350-1231 鹿山370-20

☎ 985-5122

Fax984-1081



げんきくん

乳幼児健康診査

4か月児

日時 2月6日(金) 午後1時～1時30分受付

対象

○平成26年9月中の出生児
○前回受けられなかった子
持ち物 母子健康手帳、バスタオル、お手拭き

1歳6か月児

日時 2月20日(金) 午後1時～1時30分受付

対象

○平成25年7月中の出生児
○前回受けられなかった子
持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ

3歳児

日時 2月13日(金) 午後1時～1時30分受付

対象

○平成23年10月中の出生児
○前回受けられなかった子
持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ

▼申し込み欄に期日指定のないものは、広報ひだか発行日より申し込みを受け付けています。また申し込み欄がないものは、当日の受付時間内に直接会場へ。

10か月児保育相談

日時 2月3日(火) 午前9時40分～10時受付

対象

○平成26年3月中の出生児
○前回受けられなかった子
内容 身体測定、育児相談、栄養相談、歯科指導、試食
持ち物 母子健康手帳、バスタオル、お手拭き

健康相談

赤ちゃんからお年寄りまで

日時 2月4日(水)、18日(水)、25日(水) 午前9時30分～11時30分受付

内容 成人：血圧測定、尿検査、健康相談、栄養相談

乳幼児：身体測定、保育相談、栄養相談
※母子健康手帳をお持ちください。

生活習慣病予防相談

日時 2月2日(月)、12日(木)、16日(月)、23日(月)、26日(木) 午後

(時間予約制)

対象 成人

赤ちゃんサロン

日時 2月2日(月) 午前9時45分～10時受付

対象 0歳児とその親

※対象年齢外の兄弟姉妹の参加はご遠慮ください。
内容 保健師によるミニミニ育児講座、親子遊び、自由交流、身体測定

わくわく広場

日時 2月10日(火) 午前9時45分～10時受付

対象 1歳児とその親

※対象年齢外の兄弟姉妹の参加はご遠慮ください。
内容 おはなしメモリーゴーラウンドによる人形劇等、自由交流、育児相談

パパ・ママ教室

日時 2月3日(火)、10日(火)、14日(土)、17日(火)、24日(火) 午後

1時30分～3時30分

※14日(土)は、午前9時30分～午後2時までで、昼食付きになります。

対象 妊婦とその夫、家族

女性の健康講座

女性が生涯にわたって、自分らしく健康に過ごすために知っておくべき体のことや日常のセルフケアについて学んでみませんか。

日時 2月28日(土) 午後2時～3時30分

場所 保健相談センター

対象 市内在住の20歳以上の人

人数 30人(申し込み順)

講師 埼玉医科大学病院産婦人科助教 佐藤加寿子さん

申し込み 2月20日(金)までに、電話または直接、保健相談センターへ

※保育があります。希望する人は、事前にお申し込みください。

問い合わせ 保健相談センター、企画課企画調整・人権推進担当



運動教室 初心者向けピラティス講座

骨格のゆがみや筋力不足からくる体調不良を、正しい骨格を意識してインナーマッスを整えることで改善させるエクササイズです。特別な道具を使わず、家庭でも手軽にできます。

日時 2月16日(月)、17日(火) 午前9時45分受付、10時～11時

費用 3回目(14日(土))のみ昼食代1人につき500円

持ち物 母子健康手帳、2回目(10日(火))は歯ブラシ、手鏡

申し込み 電話または直接保健相談センターへ

30分頃

場所 生涯学習センター1・2階視聴覚室

対象 市内在住の人(年齢は問いません)

人数 30人(申し込み順)

※2日間参加できる人を優先します。

費用 無料

持ち物 タオル、水分補給用の飲み物
※ヨガマットは会場に準備してあります。

※実技は素足で行います。

申し込み 電話で保健相談センターへ