

- 保健センター☎89-0610 ●休日夜間急病診療所☎89-0616 ●消防署☎89-0119
- 豊川市歯科医療センター☎84-7757 ●救急医療情報センター☎(0532)63-1133



健康相談

健康管理、病気とのつきあい方について、一度立ち止まって考えてみませんか。

日時 2月18日(月) 9:00～・10:00～・11:00～▶**会場** 保健センター▶**相談員** 保健師▶**内容** 健康、生活習慣に関する相談▶**申し込み** 電話で、保健センターへ



親子ピタ・コチョコ教室

9カ月の子どもに「ピタッ」と合った離乳食と歯みがきの教室です。

期日 2月13日(水)▶**受付時間** 9:45～10:00▶**会場** 保健センター▶**対象** 平成24年5月生まれの子どもとその保護者▶**持ち物** 母子健康手帳▶**申し込み** 当日、会場へ

こころの健康相談「ポラリス」

人と会ったり話をしたりすることが苦手など、心の悩みをなんとかしたい方やその家族の方と一緒に考えましょう。

日時 2月6日(水) 9:30

～10:40～(1人1時間程度)

▶**会場** 保健センター▶**相談員** 保健師など▶**申し込み** 電話で、こころの電話相談専用電話(95-0783)へ

休日・夜間の子どもの急病などの電話相談

休日・夜間の急な病気や育児の不安などについての電話相談があります。

■小児救急電話相談

子どもの急病で困ったときに、看護師・小児科医師などによる相談が受けられます。

相談日 毎日▶**受付時間** 19:00～23:00▶**電話番号** #8000(短縮)、短縮番号が使えない場合は052-962-

9900

■育児もしもしキャッチー時間 外電話相談ー

育児や母と子の健康に関する相談などが受けられます。

相談日 火曜日から土曜日まで(祝日、年末年始を除く)▶**受付時間** 17:00～21:00▶**電話番号** 0562-43-0555(あいち小児保健医療総合センター)

■保健センターなどの場所		◎開館時間 平日—8:30～17:15	
保健センター ☎89-0610(萩山町3-77-1・7) 	健康福祉センター ☎92-1388(上長山町本宮下1-1685) 		
音羽福祉保健センター ☎88-7723(赤坂町狭石1) 	御津福祉保健センター ☎77-1500(御津町広石枅ケ坪88) 		



パパママ教室(おふろ講座)

赤ちゃんのおふろの入れ方を体験します。

期日 2月1日(金) ▶ **受付時間** 13:15 ~ 13:30 ▶ **会場** 保健センター ▶ **対象** 妊婦とその家族 ▶ **持ち物** 母子健康手帳、筆記用具 ▶ **申し込み** 当日、会場へ



4か月児健診とBCG予防接種

受付時間 13:00 ~ 13:30 (BCG予防接種だけの場合は13:10 ~ 13:20) ▶ **会場** 保健センター ▶ **申し込み** 当日、会場へ

期日	対象	持ち物
2月7日(木)	24年9月22日から30日までに生まれた子ども	<ul style="list-style-type: none"> 母子健康手帳(忘れた場合は受診できません) 4か月児健康診査問診票 BCG接種予診票
2月21日(木)	24年10月1日から11日までに生まれた子ども	<ul style="list-style-type: none"> 委任状(BCG予防接種で保護者以外が同伴の場合に必要) バスタオル 筆記用具

▶ 受診日の都合が悪い場合や事情によりBCGだけ受ける場合は、電話で、保健センターへ、ご相談ください。
▶ 当日はブックスタート(絵本の読み聞かせ)も行います。

モグモグ教室

期日 2月14日(木)・28日(木)
▶ **受付時間** 9:45 ~ 10:00
▶ **会場** 保健センター ▶ **対象** 平成24年9月生まれの子どもとその保護者 ▶ **内容** 離乳食についての講話など ▶ **持ち物** 母子健康手帳、バスタオル、スプーン、筆記用具 ▶ **申し込み** 当日、会場へ



妊産婦歯科健診

期日 2月15日(金)・22日(金)
▶ **受付時間** 13:15 ~ 13:30
▶ **会場** 保健センター ▶ **対象** 妊娠中の方、産後1年未満の方(妊娠中・産後各1回) ▶ **持ち物** 母子健康手帳、筆記用具 ▶ **申し込み** 当日、会場へ

子ども栄養相談

お子さんに合った食事の量や調理方法の工夫、おやつの内容などを、わかりやすくアドバイスします。

日時 2月8日(金) 13:30 ~ ▶ **会場** 保健センター ▶ **相談員** 小児科医、栄養士 ▶ **対象** 肥満傾向や食事などについて心配のある入学前の子どもとその保護者 ▶ **定員** 2~3人 ▶ **申し込み** 電話で、保健センターへ

パパママ教室(安産への秘訣)

安産に向けて、妊娠中の生活スタイルを、見直してみませんか。

期日 2月15日(金) ▶ **受付時間** 9:45 ~ 10:00 ▶ **会場** 保健センター ▶ **対象** 妊婦とその家族 ▶ **持ち物** 母子健康手帳、筆記用具 ▶ **申し込み** 当日、会場へ

プレママのバランスごはん塾

ママにぴったりの栄養バランスと簡単レシピを、「手ばかり」などで紹介します。

期日 1月25日(金) ▶ **受付時間** 9:45 ~ 10:00 ▶ **会場** 保健センター ▶ **対象** 妊娠中の方、産後1年未満の方 ▶ **申し込み** 当日、会場へ

