

- 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

子ども発達相談

「言葉のことで心配がある」「落ち着きがない」などといった相談に、個別に応じます。

日時 9月26日(水) 9:30～(1人45分程度) ▶**会場** 保健センター▶**相談員** 発達相談員▶**対象** 入学前の子どもとその保護者▶**申し込み** 電話で、保健センターへ



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 10月15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

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 10月19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

得するウォーキング教室

この教室では、3回のコースで講義や実技を通して、ウォーキングの基本を学びます。

日時 10月17日(水)・24日(水)・31日(水) 13:30～15:00▶**会場** 総合体育館▶

定員 25人▶**持ち物** 運動のできる服装、室内用靴、タオル、飲み物▶**申し込み** 9月27日(木)から、受け付け。電話で、保健センターへ。応募者多数の場合は、初参加の方を優先

モグモグ教室

期日 10月11日(木)・25日(木)▶**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▶**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



こころの健康相談「ポラリス」

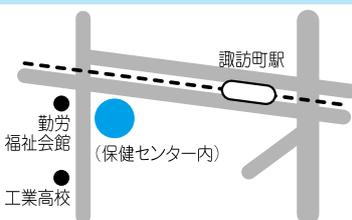
人と会ったり話をしたりすることが苦手、自信がないなど、心の悩みをなんとかしたい方やその家族の方、一緒に考える時間を持ちましょう。

日時 10月3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



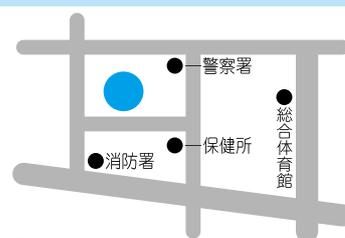
休日夜間急病診療所 (内科・小児科) ☎89-0616



◎受付時間
平日——19:30～23:30
土曜日——14:30～17:30 18:45～23:30
日曜日——8:30～11:30 12:45～16:30
祝日——17:45～23:30

保険証を忘れずに

豊川市歯科医療センター ☎84-7757



◎受付時間
平日・土曜日——20:00～22:30
日曜日・祝日——9:00～11:30

保険証を忘れずに



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 10月10日(水) ▶ **受付時間** 9:45~10:00 ▶ **会場** 保健センター ▶ **対象** 平成24年1月生まれの子どもの保護者 ▶ **持ち物** 母子健康手帳 ▶ **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
10月2日(火)	24年5月10日から19日までに生まれた子ども	・母子健康手帳(忘れた場合は受診できません)
10月11日(木)	24年5月20日から31日までに生まれた子ども	・4か月児健康診査問診票 ・BCG接種予診票
10月18日(木)	24年6月1日から10日までに生まれた子ども	・委任状(BCG予防接種で保護者以外が同伴の場合に必要)
10月31日(水)	24年6月11日から20日までに生まれた子ども	・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。

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 10月5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



妊産婦歯科健診

期日 10月19日(金)・26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 10月12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



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 9月28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

