



### 健口講座

歯科医師による、分かりやすい健口講座です。健口体操などでお口を元気にしましょう。質問コーナーもあります。

**日時** 3月13日(水) 13:30～15:00 ▶**会場** 勤労福祉会館 ▶**講師** 後藤病院・佐藤公彦歯科医師による「お口の老化を防いで～食べてしゃべって一生楽しむ」と題した講座 ▶**定員** 50人 ▶**申し込み** 電話で、保健センターへ

### 食べ方と栄養の相談

「食事のバランスを保つことが大事とわかっていても難しい」など、食生活の悩みや不安についてお気軽にご相談ください。

**日時** 2月26日(火) 9:30～10:30 ▶**会場** 保健センター ▶**対象** 食生活に疑問をお持ちの方 ▶**相談員** 管理栄養士 ▶**申し込み** 電話で、保健センターへ



### 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、やる気がわかず自信が持てないなど、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** 2月18日(月) 13:30～14:40 (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



GOODスリープくん

### 睡眠とこころの講演会

睡眠に関する新情報が得られます。キーワードは「肥満」「カーテン」「照明」です。ぜひ、ご参加ください。

**日時** 3月8日(金) 13:30～15:00 ▶**会場** 文化会館 ▶**講師・テーマ** 滋賀医科大学睡眠学講座教授・宮崎総一郎医師

による「よい眠り3つの習慣～心地よいねむりと目覚めのために～」と題した講演 ▶**申し込み** 電話で、保健センターへ。FAX(89-5960)でも申し込みできます

### 認知症講演会

認知症になっても安心して暮らせるように、認知症について成年後見制度を通して学びます。なお、この講演会は、認知症サポーター養成講座を兼ねています。

**日時** 2月22日(金) 13:30～15:00 ▶**会場** 勤労福祉会館 ▶**講師・テーマ** 東三河後見センター・福住幸子さん、成年後見支援センター・西山登さんによる「認知症と財産管理～知って得する転ばぬ先の杖(成年後見)～」と題した講演 ▶**定員** 80人 ▶**申し込み** 電話で、保健センターへ。FAX(89-5960)でも申し込みできます

見センター・福住幸子さん、成年後見支援センター・西山登さんによる「認知症と財産管理～知って得する転ばぬ先の杖(成年後見)～」と題した講演 ▶**定員** 80人 ▶**申し込み** 電話で、保健センターへ。FAX(89-5960)でも申し込みできます

### 一般不妊治療費の助成申請はお早めに

市では、一般不妊治療(体外受精、顕微授精を除くホルモン療法や人工授精など)の費用の一部を助成しています。

平成24年度の助成は、平成24年3月1日から25年2月28日までの治療費が対象となります。お早めに申請してください。申請用紙は保健センターにあります。

**対象** ①豊川市に住所があり、一般不妊治療を受けている戸籍上の夫婦 ②夫婦の年間所得の合計がおおむね730万円未満の方 ③夫婦とも医療保険に加入している方

**申請期限** 平成25年3月22日(金)



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 2月27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

育児相談

子育てで、ちょっと困った、ここが心配。そんな時、お気軽に相談を。

期	日	会	場
2月20日(水)		音羽福祉保健センター	
2月25日(月)		保健センター	
2月27日(水)		御津福祉保健センター	
3月6日(水)		健康福祉センター	
3月12日(火)		小坂井生涯学習会館	

受付時間 9:30～10:30 ▶

内容 育児・生活習慣の相談、体重測定など ▶持ち物 母子健康手帳、乳児の場合はバスタオル ▶申し込み 当日、会場へ



幼児健診

受付時間 13:00～13:30 ▶申し込み 当日、会場へ ▶その他 1歳6か月児健診ではフッ化物塗布があります。2歳児歯科健診でフッ化物塗布の希望者は、640円(おつりのいらないように)が必要です

	期日・会場	対 象	持 ち 物
1歳6か月児健診	2月26日(火) 保健センター	23年8月11日から20日までに生まれた子ども	歯ブラシ
	3月6日(水) 保健センター	23年8月21日から31日までに生まれた子ども	
	3月14日(木) 保健センター	23年9月1日から10日までに生まれた子ども	
2歳児歯科健診	2月19日(火) 保健センター	23年2月11日から20日までに生まれた子ども	歯ブラシ
	2月27日(水) 保健センター	23年2月21日から28日までに生まれた子ども	
	3月7日(木) 保健センター	23年3月1日から10日までに生まれた子ども	
3歳児健診	2月13日(水) 音羽福祉保健センター	21年11月11日から20日までに生まれた子ども	・目と耳の検査用紙(自宅で実施し、受付時に提出) ・採尿容器(自宅で採尿し、健診受付時に提出。容器は10日前までに郵送します)
	2月20日(水) 御津福祉保健センター	21年11月21日から30日までに生まれた子ども	
	2月28日(木) 保健センター	21年12月1日から10日までに生まれた子ども	

▶母子健康手帳、赤ちゃんノートの健康診査票、筆記具をお忘れなく。  
▶受診日や会場の都合が悪い方は、保健センターへご相談ください。

ママのための体操教室

日時 3月7日から21日までの毎週木曜日で全3回。10:00～11:00 ▶会場 健康福祉センター ▶対象 平成24年7月・8月に生まれた子どもとその保護者 ▶定員 25組 ▶持ち物 運動のできる服装、タオル、飲み物 ▶申し込み 2月14日(木) 8:30から、受け付け。電話で、保健センターへ

