

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 4月15日(火) 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

子ども栄養相談

日時 4月11日(金) 13:30～▶**会場** 保健センター▶**相談員** 小児科医、管理栄養士▶**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

モグモグ教室

期日 4月10日(木)・24日(木)
▶**受付時間** 9:45～10:00
▶**会場** 保健センター▶**対象** 平成25年11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▶**申し込み** 当日、会場へ

もうすぐ3歳! 知っ得教室

3歳の子どもの力を伸ばし、生活習慣を学ぶ講座です。

期日 4月16日(水)▶**受付時間** 9:45～10:00▶**会場** 保健センター▶**対象** 平成23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」

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 3月24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

食べ方と栄養の相談

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 3月25日(火) 9:30～・10:30～▶**会場** 保健センター▶**相談員** 管理栄養士▶**申し**

込み 電話で、保健センターへ



豊川市オリジナル健康体操講習会

ロコモティブシンドロームや転倒の予防につながる体操です。

日時 4月15日(火) 13:30～15:00▶**会場** 保健センタ

ー▶**対象** 市内に在住の方▶**持ち物** 室内シューズ、タオル、飲み物▶**申し込み** 当日、会場へ

「8020達成者」を募集

豊川市歯科医師会では、「80歳になっても20本の歯を保ち、豊かな生活を！」という「8020運動」はちまるにいまるを推進しています。そこで、6月の歯の健康フェスティバルで表彰をする「8020達成者」を募集しています。

対象 市内に在住し、昭和10年3月31日以前に生まれ、自分の歯(治療歯や親知らずを含む)が20本以上あり、十分機能している健康な方。ただし、過去の表彰者を除きます▶**応募方法** 4月30日(水)ま

でに、直接、または電話で、市内の歯科医院にお申し出ください。歯科医院で無料で診査し、推薦します(かかりつけ医が市外の場合は豊川市歯科医師会へご連絡ください)。推薦された方は、6月8日(日)に歯科医療センターで表彰されます▶**問合せ先** 豊川市歯科医師会(84-7757)



保健

Hoken Corner

コーナー



マタニティ歯っぴ〜教室

妊娠と口臭・むし歯・歯周病の関係について学ぶ講話です。

期日 3月28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

育児相談

期 日 **会 場**

3月19日(水) 音羽福祉保健センター

3月24日(月) 保健センター

3月26日(水) 御津福祉保健センター

4月8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

乳幼児健診

受付時間 13:00 ~ 13:30 ▶ **会場** 保健センター ▶ **申し込み** 当日、会場へ ▶ **その他** 4か月児健診ではブックスタート(絵本の読み聞かせ)が、1歳6か月児健診ではフッ化物塗布が、3歳児健診では尿検査があります。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	対 象	持 ち 物
4か月児健診	4月2日(水)	25年11月11日から21日までに生まれた子ども	バスタオル
	4月8日(火)	25年11月22日から30日までに生まれた子ども	
	4月15日(火)	25年12月1日から10日までに生まれた子ども	
1歳6か月児健診	3月25日(火)	24年9月11日から22日までに生まれた子ども	歯ブラシ
	4月3日(木)	24年9月23日から30日までに生まれた子ども	
	4月10日(木)	24年10月1日から11日までに生まれた子ども	
2歳児歯科健診	3月26日(水)	24年3月23日から31日までに生まれた子ども	歯ブラシ
	4月4日(金)	24年4月1日から10日までに生まれた子ども	
	4月18日(金)	24年4月11日から19日までに生まれた子ども	
3歳児健診	3月27日(木)	22年12月21日から31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、受付時に提出。容器は事前に郵送します)
	4月16日(水)	23年1月1日から10日までに生まれた子ども	
	4月23日(水)	23年1月11日から21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。

▶ 受診日の都合が悪い方は、保健センターへご連絡ください。

プレママのバランスごはん塾

赤ちゃんの成長やおいしい母乳のため、妊婦さんに合った栄養バランスの簡単レシピを紹介します。

期日 3月28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 ▶ **申し込み** 当日、会場へ

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 4月7日(月) ▶ **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

親子ピタ・コチョコ教室

期日 4月9日(水) ▶ **受付時間**

9:45 ~ 10:00 ▶ **会場**

保健センター ▶ **対象** 平成25年7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