

保健カレンダー

1 歳 6 カ 月 児 健 診

月日(曜)	場 所	受付時間
4月22日(木)	保健センター	13:00~14:00

※対象者…平成14年9月生まれの人

生 活 リ オ

月日(曜)	場 所	受付時間
4月23日(金)	保健センター	13:30~14:00

※対象者…生後3カ月~90カ月未満の人

※接種方法…6週間以上の間隔で2回投与

※各予防接種に保護者以外の人が連れてこられる場合は、「委任状」が必要です。

マタニティ教室に参加しませんか

妊娠は女性にとって人生の一大イベントです。

10カ月に及ぶ妊娠期間中にはさまざまな不安や心配を感じることもあるでしょう。マタニティ教室に参加して不安を安心に変えてみませんか。お父さんの参加も大歓迎です。



と き…5月11日(火)13:30~16:00 (受付 13:15~13:30)

ところ…保健センター

プログラム…母乳指導・赤ちゃんのお風呂の入れ方実習
持参物…母子健康手帳・筆記用具・タオル

申込期限…5月7日(金)

申込先…健康づくり課 ☎62-5700

持参物…母子健康手帳、筆記用具、タオル

※託児もありますので、お子様づれの人もどうぞ

母子健康手帳の交付場所が変わります

平成16年4月から母子健康手帳の交付場所を保健センター(健康づくり課)で行っています。

妊娠中は、誰もが何かしら不安を抱くものです。母子健康手帳交付時に、保健師が相談を受け付けています。お気軽にご利用ください。

受付時間…平日(土・日・祝日・12月29日~1月3日以外)

8:30~17:00

日 曜 ・ 祝 日 当 番 表

月日(曜)	内 科	外 科
4月25日(日)	斎藤内科消化器科 62-3356	笠岡大崎整形外科 69-6060
4月29日(祝)	高田内科医院 62-4311	守安胃腸科外科 62-2511
5月2日(日)	笠岡第一病院 67-0211	笠岡中央病院 62-5121
5月3日(祝)	植木内科 65-0601	市民病院 63-2191
5月4日(休)	古瀬内科循環器科 63-1535	西井ウイメンズクリニック 62-3249
5月5日(祝)	さくら内科小児科 66-4800	大崎整形外科内科 65-1110
5月9日(日)	弘済クリニック 62-5600	笠岡大崎整形外科 69-6060
5月16日(日)	小田内科医院 67-5511	笠岡第一病院 67-0211

集団リハビリ教室

対象者…障害があっても、日常生活がほぼ自立している70歳ぐらいまでの人

と き…月2回(水曜日、または金曜日)10:00~15:00

ところ…保健センター

参加費…無料(昼食代・材料代などは実費が必要)

「いきいき笠岡21」が地域に花を咲かせ始めました



2月20日(金)、保健センターギャラクシーホールにおいて、「いきいき笠岡21を地域で取り組もう」をテーマにミニシンポジウムが行われました。

地域でのふれあいを通した健康づくり活動や、「いきいき笠岡21」を策定したどんがめの会の取り組みが報告され、個人や地域でできることから取り組もうとの意識が高まり、「いきいき笠岡21」の活動が地域に広がり始めました。

「今回は、ウォーキングを企画」 …どんがめの会



「いきいき笠岡21」を策定したどんがめの会では、現在ウォーキングを通して健康づくりを進めています。その一環として、3月15日には「かさおか古代の丘のウォーキング」を実施しました。参加者は春を思わせる陽気の中で、気持ちの良い汗をかいていたようでした。皆さんも、「いきいき笠岡21」に沿ったあなたなりの健康づくりの取り組みを始めてみませんか。

申込み・問合せ…健康づくり課(保健センター)

☎62-5700 ㊟62-5702