

保 健

会場は保健センター（東町4-20-6）

健康づくり課 ☎45 6 6 1 0

行 事 名	実 施 日	時 間	対 象・内 容	料 金	持 ち 物	申 込 方 法
4カ月児健診	29日(木)・30日(金)	12:30~13:30	平成21年6月出生児(個人通知) ※健診後、BCG接種を行います。	無料	母子健康手帳	当日直接
1歳6カ月児健診	2日(金)・13日(火)	12:30~13:50	平成20年2月出生児(個人通知) ※フッ素塗布(800円)も行います。			
3歳児健診	7日(水)・9日(金)		平成18年9月出生児(個人通知) ※フッ素塗布(800円)も行います。			
ここまま相談広場	19日(月)	10:00~11:00 13:15~14:00	計測や相談事のある幼児 計測や相談事のある乳児・妊婦			
りにゅう食教室	8日(木)	13:30~15:00	離乳食の話、試食、相談、親子体操	50円	バスケット、フック、母子健康手帳	予約制
予防接種	BCG	29日(木)・30日(金)	6カ月未満児 ※4カ月児健診時に行います。	無料	母子健康手帳	当日直接
	ポリオ	5日(月)・6日(火)・15日(木)・16日(金) 21日(水)・22日(木)・26日(月)・27日(火)	3カ月から7歳6カ月未満児 平成20年11月~平成21年4月出生児(個人通知)			
フッ素塗布	2日(金)・7日(水)・9日(金) 13日(火)・20日(火)	12:30~13:30 (20日は、13:00~14:45)	1歳3カ月~4歳未満児	800円		予約制
からだど食事の健康相談	21日(水)	9:30~16:00	保健師と栄養士による個別相談	無料	-	当日直接
メタボリック症候群に関する相談	8日(木)・16日(金) 22日(木)・29日(木)	9:30~16:00	肥満・高血圧・コレステロール・ 糖尿病のことが気になる人			
脂肪と筋肉の測定	15日(木)		体脂肪・筋肉量などを測りたい人 ※測定時は裸足になります。			
ダイエット相談	27日(火)		体重を減らしたい人			
女性のための相談	23日(金)		不妊や更年期などの症状について 相談したい人			
健康相談	毎週月・水・金曜日	10:00~11:30	健康全般で気になる人			
母子健康手帳の交付	毎週月・水・金曜日 ※交付日に来ることができない人は、ご相談ください。	8:45~17:00	母子健康手帳・妊娠一般健康診査票の交付、保健師・栄養士による妊婦相談		妊娠届出書	
専門医による 勤労者のための 健康相談	健診で異常のあった場合は、専門医に相談を。申し込みや詳細は、室蘭地域産業保健センターに電話(☎454393)で。 1日(木)14:00~16:00…鈴木 彩 医師(内科、小児科) 8日(木)18:30~20:30…島山 正照 医師(内科、小児科) 15日(木)14:00~16:00…時田 捷司 医師(外科、循環器科、胃腸科) 22日(木)18:30~20:30…下谷 保治 医師(元市立病院産婦人科)			無料	-	予約制

子育て



行事名

子育て講座(無料)

10月9日8時45分から電話で申し込み。
各先着10組。再参加はできません。

親子遊び(無料)

事前に実施日を電話で確認してください。

会場・申込先

常盤保育所
子育て支援センター
らんらん
☎456002



0 歳児の
ひよこクラブ
対象 平成21年1月から平成21年5月生
まれの子ども(第1子のみ)と親
日時 11月4日・11日・18日(水曜日)3
回1コース) 13時30分~15時

0 歳児ママの
リフレッシュルーム
毎週
火・木曜日
13時30分~15時

おま ルーム
毎週
月・火・水・金曜日
9時30分~11時30分

子育て相談
ふれあいセンター
(中島保育所内)
☎456246



1 歳児の
すくすくクラブ
対象 平成20年1月から
平成20年7月生まれの子どもと親
日時 11月4日・11日・18日(水曜日)3
回1コース) 10時~11時30分

0 歳児ママの
リフレッシュルーム
毎週
月・水・木曜日
13時30分~15時

にこ ルーム
毎週
月~木曜日
10時~11時45分