

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	26日(木)・27日(金)	12:30～13:30	平成21年7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	6日(金)・10日(火)	12:30～13:50	平成20年3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	18日(水)・20日(金)		平成18年10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	17日(火)	10:00～11:00	幼児の自由計測・交流			
		13:15～14:00	計測や相談事のある乳児・妊婦			
予防接種	BCG	26日(木)・27日(金)	13:00～14:00	6カ月未満児 ※4カ月児健診時に行います。		
フッ素塗布	6日(金)・10日(火)・18日(水) 20日(金)・24日(火)	12:30～13:30 (24日は、13:00～14:45)	1歳3カ月～4歳未満児	800円		予約制
からだと食事の健康相談	12日(木)	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	4日(水)・13日(金) 16日(月)・24日(火)	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	27日(金)		体脂肪・筋肉量などを測りたい人 ※測定時ははだしになります。			
ダイエット相談	19日(木)		体重を減らしたい人			
女性のための相談	26日(木)		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。 5日(木)18:30～20:30…鈴木 啓弘 医師(内科、小児科、消化器科) 12日(木)18:30～20:30…野尻 秀一 医師(内科、消化器科、胃腸科) 19日(木)18:30～20:30…八藤 英典 医師(内科、小児科) 26日(木)18:30～20:30…浜田 弘巳 医師(外科)		無料	-	予約制	

子育て



行事名

※育児などの相談もできます。

会場・申込先

常盤保育所
子育て支援センター
らんらん
☎456002

子育て相談
ふれあいセンター
(中島保育所内)
☎456246

子育て講座(無料)

11月13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。

1 歳児の
すくすくクラブ

対象 平成20年2月から
平成20年8月生まれの子どもと親

日時 12月2日・9日・16日(水曜日)3
回1コース) 10時～11時30分

0 歳児の
ひよこクラブ

対象 平成21年2月から平成21年6月生
まれの子ども(第1子のみ)と親

日時 12月1日・8日・15日(火曜日)3
回1コース) 13時30分～15時

親子遊び(無料)

事前に実施日を電話で確認してください。

2カ月から1歳未満の乳児 1歳から未就学児童

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

おく ルーム

毎週
月・火・水・金曜日
9時30分～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