

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	23日(木)・24日(金)	12:30~13:30	平成20年12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	10日(金)・21日(火)	12:30~13:50	平成19年8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	15日(水)・17日(金)		平成18年3月出生児(個人通知) ※フッ素塗布(800円)も行います。			
ここま相談広場	9日(木)	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	28日(火)	13:30~15:00	離乳食の話、試食、相談、親子体操	50円	バスタブスポンジ 母子健康手帳	予約制
予防接種	BCG	23日(木)・24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	2日(木)・3日(金)・7日(火)・8日(水) 13日(月)・14日(火)・22日(水)・27日(月)	3カ月から7歳6カ月未満児 平成20年5月~10月出生児(個人通知)			
フッ素塗布	10日(金)・15日(水) 17日(金)・20日(月)・21日(火)	12:30~13:30 (20日は、13:00~14:45)	1歳3カ月~4歳未満児 平成20年1月出生児(個人通知)	800円		予約制
からだと食事の健康相談	14日(火)	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	3日(金)・16日(木) 22日(水)・27日(月)	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	20日(月)		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	13日(月)		体重を減らしたい人			
女性のための相談	30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(☎4393)で。 2日(木)14:00~16:00…開田 博之 医師(消化器内科、内科、胃腸科) 9日(木)18:30~20:30…笹岡 彰一 医師(呼吸器科) 16日(木)14:00~16:00…三村 博通 医師(精神科、内科) 23日(木)18:30~20:30…鴨井 清貴 医師(整形外科、リハビリテーション科)			無料	-	予約制

親子遊びと子育て講座(無料)

0歳児のひよこクラブ

先着10組



対象 平成20年7月から平成20年11月生まれの子ども(第1子のみ)と親
日時 5月13日・20日・27日(水曜日3回1コース)
13時30分~15時
会場 常盤保育所子育て支援センター

1歳児のすくすくクラブ

先着10組



対象 平成19年7月から平成20年1月生まれの子どもと親
日時 5月13日・20日・27日(水曜日3回1コース)
10時~11時30分
会場 子育て相談ふれあいセンター(中島保育所内)

申込方法 4月10日、8時45分から電話で
※再参加はできません。

《申込先・詳細》

0歳児のひよこクラブ……常盤保育所子育て支援センター ☎ 6002
1歳児のすくすくクラブ…子育て相談ふれあいセンター ☎ 6246

保育所でママの練習をしてみませんか(無料)

妊婦さんが対象です。赤ちゃんのあやし方や遊びの見学、離乳食の与え方・試食体験ができます。各先着3人。

実施日(毎月)	時 間	申 込 方 法	会 場・申 込 先
第2火曜日	10時30分~11時30分	前日まで 電話で	東町保育所 ☎43413
第2木曜日	10時30分~11時30分		高砂保育所 ☎456199
第3水曜日	10時~11時30分	第2水曜日 まで電話で	常盤保育所 ☎23887

子育てルームで遊ぼう

事前に実施日を電話で確認して利用してください。

子育て相談 ふれあいセンター (中島保育所内) 10時~11時45分	
常盤保育所子育て支援センター 9時30分~11時30分	

※0歳児は、両センターとも13時30分から15時まで開放しています。