

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20年 9 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	15日(木)・16日(金)	12:30~13:50	平成19年 5 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	21日(水)・23日(金)		平成17年12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	14日(水)	10:00~11:00 13:15~14:00	幼児の自由計測・交流 計測や相談事のある乳児・妊婦			
予防接種 BCG	29日(木)・30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	15日(木)・16日(金) 21日(水)・23日(金)・28日(水)	12:30~13:30 (28日は、13:00~14:45)	1歳3カ月~4歳未満児 平成19年10月出生児(個人通知)	800円		予約制
からだと食事の健康相談	22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	6日(火)・14日(水) 22日(木)・29日(木)	9:30~16:00	肥満・高血圧・糖尿病・コレステロールのことが気になる人			
脂肪と筋肉の測定	7日(水)		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	9日(金)		体重を減らしたい人			
女性のための相談	30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(☎4393)で。 8日(木) 18:30~20:30…福岡 将匡 医師(循環器科) 15日(木) 18:30~20:30…野尻 秀一 医師(内科、消化器科、胃腸科) 22日(木) 18:30~20:30…八藤 英典 医師(内科、小児科)		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 6 月から平成20年10月生まれの子どもと親(第1子のみ)  
日時 2月3日・10日・17日(火曜日3回1コース)  
13時30分~15時  
会場 子育て相談ふれあいセンター(中島保育所内)

### 1歳児のすくすくクラブ

先着10組



対象 平成19年 4 月から平成19年10月生まれの子どもと親  
日時 2月18日・25日、3月4日(水曜日3回1コース)  
10時~11時30分  
会場 常盤保育所子育て支援センター

申込方法 1月9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……子育て相談ふれあいセンター ☎ 46246  
1歳児のすくすくクラブ…常盤保育所子育て支援センター ☎ 26002

## 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 ☎46199
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。