

## 健康相談

### ■親と子の健康相談

(5月以降の日程)

妊娠中の悩みや、育児、子どもの発達、健康のことなど、お気軽にご相談ください。身長・体重測定もできます。

また、保健師以外の専門家による発達相談も実施しています(同日午後・要予約)。

**対象者** :妊婦、乳幼児～高校生の保護者

**受付時間** :午前9時30分～11時

**会場** :えぼか(本宮市民元いきいき応援プラザ)

**持ち物** :母子健康手帳・替えのオムツなど

親と子の健康相談・プレママサークル			
平成23年	5月	13日(金)	
	6月	お休み	
	7月	20日(水)	
	8月	17日(水)	
	9月	21日(水)	
	10月	14日(金)	
	11月	11日(金)	
	12月	14日(水)	
	平成24年	1月	16日(月)
		2月	15日(水)
		3月	16日(金)

### ○問い合わせ先

保健課 健康増進係

(えぼか内 電話63-2780)



### ■プレママサークル

妊婦さんたちが自由におしゃべりする会です。

スタッフ(保健師・栄養士)がいますので妊娠中の疑問についての相談や、ママ友を探している方など、お気軽においでください。

**時間** 午前10時～11時

\*日程、会場は親と子の健康相談と同じになります。

(申し込み不要)



## 予防接種

### ■ポリオ

(5月以降の日程)

**種類** ポリオ(集団接種)

**対象年齢** 生後3か月～90か月(7歳半)未満

**望ましい年齢** 生後3か月～18か月

**回数** 2回

**標準的な間隔** 初回接種後40日以上

**受付時間** 午後1時～1時30分

**会場** えぼか(本宮市民元いきいき応援プラザ)

**持ち物** 予診票・母子手帳・替えのオムツなど

\*日程につきましては、個人通知をしますので指定された日にお受けください。

\*その他の予防接種につきましては、個別接種となりますので、各自医療機関で受けてください。

医療機関について不明な点は、保健課健康増進係(えぼか内 電話63-2780)

または白沢保健センター(電話44-4188)へお問い合わせください。

時期	月 日
春の日程	5月9日(月)
	5月23日(月)
	5月25日(水)
秋の日程	9月14日(水)
	9月15日(木)
	9月22日(木)
	9月28日(水)
	10月12日(水)
	10月13日(木)
	10月20日(木)

## 乳幼児健診



### ■ 4 か月児健診、10 か月児健診、1 歳 6 か月児健診、3 歳児健診

**受付時間** 午後1時～1時30分

**会 場** えぼか(本宮市民元気いきいき応援プラザ)

**持ち物** 母子健康手帳・問診票・アンケート(1歳6か月児健診と3歳児健診)・尿を入れたスポイト(3歳児健診のみ)・替えのオムツなど

※対象者には個別通知をします。健診日の1週間前までに通知がない場合や、参加できない場合は保健課健康増進係(えぼか内 電話63-2780)または白沢保健センター(電話44-4188)へご連絡ください。

(5月以降の日程)

		4 か月児健診	10 か月児健診	1 歳 6 か月児健診	3 歳児健診
平成 23 年	5 月	19 日(木)	12 日(木)	11 日(水)	18 日(水)
	6 月	30 日(木)	23 日(木)	22 日(水)	24 日(金)
	7 月	28 日(木)	7 日(木)	6 日(水)	27 日(水)
	8 月	25 日(木)	4 日(木)	5 日(金)	24 日(水)
	9 月	29 日(木)	8 日(木)	7 日(水)	1 日(木)
	10 月	27 日(木)	6 日(木)	5 日(水)	26 日(水)
	11 月	24 日(木)	10 日(木)	17 日(木)	16 日(水)
	12 月	22 日(木)	8 日(木)	7 日(水)	21 日(水)
平成 24 年	1 月	26 日(木)	12 日(木)	11 日(水)	25 日(水)
	2 月	23 日(木)	9 日(木)	8 日(水)	22 日(水)
	3 月	29 日(木)	8 日(木)	7 日(水)	28 日(水)



## 妊婦教室

### ■ パパ・ママ教室

(5月以降の日程)

**対象者** 妊娠届出をされた妊婦と夫、その家族  
(おじいさん、おばあさんになられる方など)

**時 間** 午後7時～8時30分

**会 場** えぼか  
(本宮市民元気いきいき応援プラザ)

**持ち物** ①母子健康手帳  
②妊娠届出の際配布した資料

※申し込みが必要です。

※開催日の1週間前までに、保健課健康増進係(えぼか内 電話63-2780)へご連絡ください。



月 日	内 容
6 月 27 日(月)	出産準備と育児について ～赤ちゃんのお風呂の入れ方～
8 月 22 日(月)	妊娠中の過ごし方 ～栄養と歯の健康について～
10 月 24 日(月)	出産準備と育児について ～赤ちゃんのお風呂の入れ方～
12 月 19 日(月)	妊娠中の過ごし方 ～栄養と歯の健康について～
2 月 27 日(月)	出産準備と育児について ～赤ちゃんのお風呂の入れ方～