

保健



だより

各種健診（検診）・予防
接種・その他事業の年間
予定についてはこちら▶



乳幼児健診▼



予防接種▼



お知らせ

にこにこむし歯予防相談

歯みがきや歯並び、食べ方や飲み方など、お子さんに合った個別相談を実施します。

と き 1/22 (月) 10:00 ~ 11:15 **ところ** 小牧児童館

対象 乳幼児（特に1歳のお子さんにオススメ）

申込み 電話で小牧児童館 (☎ 77 - 0906)



詳しくはこちら▶

ゲートキーパー養成講座（講演会）

市民向けのゲートキーパー養成講座（講演会）を開催します。家族、友達などあなたの大切な人の「いつもと違う様子」に気づいたら、温かく声をかけてみませんか。

講演：「生きることの大切さ」

講師：大空 幸星氏（NPO 法人あなたのいばしょ理事長）

※要約筆記・手話通訳あり

と き 2/4 (日) 14:00 ~ 15:30

ところ まなび創造館 あさひホール

対象 市内在住の方

定員 280 人（先着）

申込み 2/2 (金)までに申込フォーム

または電話で保健センター



▲申込フォーム

オトナ女子のための健康講座

意外に知らない女性の身体の変化について知り、更年期の過ごし方のコツを一緒に学びませんか？簡単な体操も紹介します。

と き 2/29 (木) 10:00 ~ 11:30

ところ 保健センター

対象 市内在住の方（特に30歳以上の女性にオススメ）

定員 30 人（先着）

申込み 1/4 (木)から申込フォームまたは

電話で保健センター



▲申込フォーム

協働提案事業講座

「食べることが怖いと感じてしまう心の SOS サイン」

摂食障害の元当事者であり、現在は支援団体として活動するサポーターがお話します。理解されにくい病気を当事者や当事者家族の視点から学び、正しい知識を身に付けることで病気の予防や支援に繋がります。

と き 1/11 (木) 10:00 ~ 11:30

ところ まなび創造館 研修室

対象 市内在住、在勤、在学の方

定員 25 人（先着）

申込み 申込フォーム



▲申込フォーム

がん検診

内 容	と き	と ころ
乳がん検診（マンモグラフィ）	2/15 (木)	保健センター
乳がん検診（超音波）	2/21 (水)午前	
大腸がん検診検体回収	2/28 (水)午前	



◀集団がん検診等
申込フォーム

健康づくり教室

内 容	と き	と ころ	対象・料金・申込みなど
知って得する 若返り講座	① 2/ 2 (金)	ラピオ5階 田 県 の 郷 東 部 市 民 セ ン タ ー	内容 日常的に行える簡単な体操やお口の体操を行います。地域の集まりや健康づくりに役立てたい人にオススメです。座っての参加もできます。 対象 市内在住の方 定員 ①③ 20 人② 10 人（先着） 申込み 1/4 (木)から電話で保健センター
	② 2/20 (火)		
	③ 2/27 (火)		
筋力アップの ための トレーニング マシン講習会	2/15 (木)	9:30 ~ 11:30	内容 トレーニングマシンを利用して筋力アップトレーニングを行うことができます。健康運動指導士が安全かつ効果的なマシンの使い方をお伝えします。また、運動に関する指導を受けることができます。 対象 60 歳以上の方 申込み 不要
		13:30 ~ 15:30	
	2/20 (火)	9:30 ~ 11:30	
牧連体操 ズンドコ	2/14 (水) 2/22 (木)	14:00 ~ 15:00	保健センター 内容「きよしのズンドコ節（氷川きよし）」の曲にあわせて、みんなが楽しめる体操を行います。座っての参加もできます。 申込み 不要