

# 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  
ID 5647

	乳幼児健診	ID 5779
	予防接種	ID 1602
	にこにこむし歯予防教室	ID 5776

ページ ID 検索は  
ホームページから



## Komaki Health Memo

### インフルエンザを予防しよう！

インフルエンザは身近な季節の病気ですが、予防は日々の積み重ねで大きく変わります。

- ①こまめに手洗いとうがいをしましょう
- ②規則正しい睡眠とバランスのとれた食事を心がけましょう
- ③人混みへの外出を控えましょう
- ④室内はこまめに換気しましょう

発熱や咳があれば早めに医療機関を受診！みんなで協力して元気に過ごしましょう。



### こころげんき up ↑講座

～こどもに寄り添い、親も子も幸せになれる子育て～

**内 容** 家族の笑顔を守るために、子どもも親も心の健康を大切にできる講座を開催します。子育てや日常に役立つヒントを学んでみませんか？  
**講 師** 橋口こころ氏（ああちゃん）／ビリギャル母  
**と き** R8/2/8 (日) 14:00 ~ 15:30 (開場 13:30)  
**と こ ろ** ラピオ 5 階 まなび創造館 あさひホール  
**定 員** 280 人 (先着)  
**申込み** 申込フォームまたは電話で保健センター  
**問合先** 保健センター（☎ 75 - 6471）

ID 43727

申込フォーム▶



### 統合失調症家族セミナーを開催します

**内 容** 講演「統合失調症の方に対しての家族の接し方」と当事者の話（講師：社会福祉法人アザレア福祉会理事長 小木曾 真智子）  
**と き** 12/19 (金) 13:30 ~ 15:30  
**と こ ろ** 春日井保健所 2 階 講堂（春日井市柏井町 2 - 31）  
**対 象** 小牧市、春日井市在住の統合失調症患者のご家族  
**定 員** 15 人程度 (先着)  
**申込み** 12/17 (水)までに電話で春日井保健所  
**問合先** 春日井保健所健康支援課  
 こころの健康推進グループ（☎ 31 - 0750）

今年度分は最後!  
ぜひお申込みください

### がん検診等

2月分の集団検診の申込みは  
12/5 (金) 9:00 から開始します。  
(一部託児あり)

各種がん検診等の  
詳細はコチラ



### ヘルスラボ・こまきへ行ってみよう！

ラピオ 5 階「ヘルスラボ・こまき」で、  
健康チェックやヘルスケア講座を体験！  
人気のポールストレッチやマシンピラティ  
ス体験講座をはじめ、子どもから大人  
まで楽しく健康づくりができる施設です。



予約も簡単！

ヘルスラボ・こまき公式 LINE  
友だち登録はこちらから

問合先 ヘルスラボ・こまき（☎ 39 - 5566）

### 年末年始に向けて、歯科健診を受けましょう！

**内 容** 5 年に 1 度のチャンス！対象の方限定で、歯科健診を無料で受けられます。この機会にぜひ、お近くの実施歯科医院へご予約ください。  
**と き** R8/2/14 (土)まで  
**と こ ろ** 実施歯科医療機関一覧はホームページに掲載  
**対 象** 【いきいき世代個別歯科健診】  
 令和 7 年 4 月 1 日時点で 40・45・50・55・60・  
 65・70・75・80 歳の小牧市に住民登録のある方  
 【歯周病予防個別健診】  
 令和 7 年度中に 20・25・30・35 歳になる小牧市  
 に住民登録のある方  
 ※上記対象者のうち受診券がお手元にない方は  
 再発行申込フォームへ

ID 5682

再発行申込フォーム▶



### 健康づくり教室

健康づくりを応援する講座を隨時  
開催しています！  
ぜひご参加ください！

健康づくり教室の  
詳細はコチラ

