



# 保健センター 地域包括支援センター

♡保健センター  
☎28-3150  
♡地域包括支援センター  
☎28-0932



## ～キラリ65歳教室開催～

65歳以上の多くの方が「長生きするなら元気でいきいきと暮らしたい」「いつまでも健康でいたい」と思っています。

キラリ65歳教室では65歳以上の方の健康づくりを応援するため、講演会を開催します。今回の講演会は、笑顔と健康をテーマとして実施します。内容は、ヨガをアレンジした笑いのエクササイズや脳トレーニング、表情筋のトレーニングなどを組み合わせた、誰でも簡単にできるストレス解消エクササイズを予定しています。

笑うことで、リラックス効果や免疫力アップ、脳の活性化に繋がります。ぜひ、この機会に体も心も笑顔になるエ

クササイズを体験して、毎日の生活に取り入れてみてください。

参加ご希望の方は、1月13日(水)までに地域包括支援センターに予約してください。

▶と き 1月20日(水) 午前10時～午前11時40分

▶と ころ 社会教育センター3階 視聴覚室

▶講 師 愛知県笑い事務局 河村聡枝氏

▶申込み・問合せ

地域包括支援センター 28・0932

### 母子保健

内 容	と き	対 象	備 考
母子手帳交付 (妊婦健康相談) 3か月児健診	毎週月曜日(11日を除く)、 12日(火) 午前8時30分～正午 1月26日(火) 午後0時30分～午後1時受付	妊婦  平成27年9月の出生者	妊娠届出書をご持参ください。ご都合の悪い方は事前にご連絡ください。 個人番号カードか通知カードをご持参ください。 母子手帳と送付したアンケートをご持参ください。
3歳児健診	1月14日(木) 午後0時30分～午後1時受付	平成24年12月～ 平成25年1月の出生者	母子手帳と送付したアンケートをご持参ください。
こども健康相談	1月20日(水)、29日(金) 午前9時30分～午前11時	乳幼児と保護者	事前に保健センターに予約してください。
母乳相談	1月14日(木) 午前9時30分～正午	3か月児健診までの乳児と母親と断乳希望の方	事前に保健センターに予約してください。 母子手帳、タオル2枚をご持参ください。
あかちゃん広場	1月15日(金) 午前10時～午前11時 「すくすく歯っぴー」	生後4か月から1歳までの乳児と保護者(誕生月まで参加できます)	事前に保健センターに予約してください。
ちびっこ広場	1月26日(火) 午前10時～午前11時 「びよびよコンサート」 場所: しいの木児童センター	0歳～就園前のお子さんと保護者の方	事前予約は不要です。
食育ひろば	1月18日(月) 午前10時～午前11時30分	平成24年4月2日～平成25年4月1日出生者の親子	1月14日(木)までに保健センターに予約してください。エプロン、タオルをご持参ください。
2歳児すくすく 相談・歯科健診	1月19日(火) 2歳児 午前9時15分～午前9時30分 2歳6か月児 午前10時～午前10時15分	2歳児 平成25年12月～平成26年1月の出生者 2歳6か月児 平成25年6月～平成25年7月出生者	母子手帳、アンケート、タオル、歯ブラシ、コップをご持参ください。
個別接種 BCG ヒブワクチン 小児用肺炎球菌ワクチン 四種混合ワクチン 不活化ポリオワクチン 二種混合ワクチン 麻疹・風疹ワクチン 日本脳炎ワクチン 水痘(水ぼうそう)ワクチン	指定医療機関で予約してください。	BCG 生後1歳未満児 ヒブ・小児用肺炎球菌 生後2か月～4歳 四種混合・不活化ポリオ 生後3か月～7歳6か月未満児 二種混合 小学6年生 麻疹・風疹混合 特期 生後12か月～24か月未満児、 隘期 年長児 日本脳炎 (1期)3歳～7歳6か月未満児、(2期)小学4年生 平成7年4月2日～平成19年4月1日に生まれた方で未接種の20歳未満の方 水痘(水ぼうそう) 1歳～3歳未満児 (2回接種)	指定医療機関 ・杉山医院 ・Nキッズレディースクリニック ・とよ山内科クリニック ・わかばファミリークリニック ・まき小児科 ・いしぐろクリニック ・かしの木こどもクリニック および北名古屋、清須市の指定医療機関
成人健康相談	1月27日(水) 午後1時30分～午後2時30分	住民の方	保健センターに直接お越しください。
こころの健康相談	1月22日(金) 午前10時～正午	住民の方	事前に保健センターに予約してください。

### 成人保健