

# 保健センターだより

平成25年1月16日発行

平成25年 第1号

中央保健センター

☎229-3164 ☎229-3287

保健センターでは、各年代を通して健康づくりができるように、健康相談、健康教室や電話相談を実施しています。お気軽にご利用ください。

保健センター名	問い合わせ	保健センター名	問い合わせ
中央	☎229-3164	安濃	☎268-5800
久居	☎255-8864	香良洲	☎292-4183
河芸	☎245-1212	一志	☎295-0112
芸濃	☎266-2520	白山	☎262-7294
美里	☎279-8128	美杉	☎272-8089

## 健康相談

保健師による相談や血圧測定などを行います。

**対象** 成人

**定員** 先着各3人

**申し込み** 1月23日(水)から各保健センターへ

ところ(保健センター名)	とき(2月)
河芸	13日(水) 9:30~11:00
芸濃	20日(水) 13:30~15:00
安濃	13日(水) 9:30~11:00
香良洲	6日(水) 13:30~15:00
白山	19日(火) 9:30~11:00

## 栄養士による栄養相談

**対象** 成人

**定員** 先着各3人

**申し込み** 1月23日(水)から各保健センターへ

ところ(保健センター名)	とき(2月)
河芸	13日(水) 9:30~11:00
芸濃	20日(水) 13:30~15:00
安濃	13日(水) 9:30~11:00
香良洲	6日(水) 13:30~15:00
白山	19日(火) 9:30~11:00

## マタニティー倶楽部

**対象** 妊婦

**申し込み** 前日までに各保健センターへ

ところ(保健センター名)	とき(2月)	内容など
中央	20日(水) 13:30~ 15:30	妊婦さんと赤ちゃんのお口の健康(歯科衛生士)
一志	13日(水) 13:30~ 15:30	元気に妊娠・出産・育児のできる身体をつくろう(助産師)

## 栄養士によるすこやか栄養相談

**対象** 妊産婦、乳幼児と保護者

**定員** 先着各2人

**申し込み** 1月23日(水)から各保健センターへ

ところ	とき(2月)
中央保健センター	15日(金) 9:00~10:00
久居総合福祉会館	25日(月) 13:30~14:00
河芸保健センター	27日(水) 9:00~10:00
芸濃保健センター	19日(火) 9:00~10:00
安濃保健センター	1日(金) 9:00~10:00
香良洲保健センター	13日(水) 9:00~10:00
一志保健センター	12日(火) 9:00~10:00
白山保健センター	6日(水) 9:00~10:00
美杉保健センター	1日(金) 9:00~10:00

## 赤ちゃんの離乳食教室

妊産婦、乳幼児と保護者を対象に栄養士による話、離乳食の試食や実習などを行います。

**申し込み** 1月23日(水)から各保健センターへ



### <生後5~8カ月ごろの内容の話と調理実習>

ところ(保健センター名)	とき(2月)	定員
河芸	4日(月) 10:00~11:45	先着各16人(初めての人が優先)
芸濃	8日(金) 10:00~11:45	
一志	26日(火) 10:00~11:45	

※エプロンとおんぶひも、三角巾、布巾を持参

### <生後9~18カ月ごろの内容の話と試食>

ところ(保健センター名)	とき(2月)	定員
香良洲	15日(金) 10:00~11:30	先着20人(初めての人が優先)