

健康づくりだより

平成28年3月16日発行

健康づくり課

☎229-3310 FAX 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、健康相談や健康教室、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

※の保健センターは、保健師が不在の時があります。

赤ちゃんの離乳食教室

妊産婦、乳幼児と保護者を対象に、栄養士による話や離乳食の試食(保護者のみ)、調理体験などを行います。

定員 先着各30人(初めての人優先)

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル

申し込み 3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 (4月)	対象
赤ちゃんの離乳食教室 《スタート編》	一志	26日(火) 10:00~ 11:30	離乳食開始前、 または開始したばかりの乳児を持つ保護者
幼児食へつなごう! 離乳食教室 《ステップアップ編》	芸濃	15日(金) 10:00~ 11:30	離乳食に不安がある、生後10カ月頃からの乳幼児を持つ保護者

マタニティー倶楽部

対象 妊婦とその家族

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(4月)	内容など
中央	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)
久居	20日(水) 10:00~12:00	妊婦さんと赤ちゃんのお口の健康(歯科衛生士)

ふたごちゃん交流会

ふたごちゃん以上を妊娠している人、育児中のママなど一緒に楽しく交流しませんか。

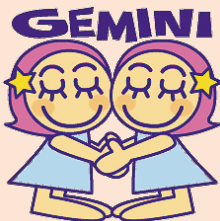
先輩ママや母子保健推進員などがお待ちしております。

ぜひ、ご参加ください。

とき 4月20日(水)10時~12時

ところ 中央保健センター1階健康づくり室

対象 現在双子(以上)を妊娠中の人、双子(以上)を育児中の保護者



問い合わせ

中央保健センター ☎229-3164

津市第3次健康づくり計画 策定のためのアンケート調査に ご協力ありがとうございました

「津市第3次健康づくり計画」策定に向け、昨年10月に約3,600人の市民の皆さんにアンケート調査を実施しました。おかげさまで、2,232人(62%)という多くの皆さんにご協力をいただきありがとうございました。

調査結果の一部を紹介すると、「自分が健康と感じている人」は81.6%で、「普段健康に気を付けている人」は75.9%という結果が出ています。平成22年度の同アンケートと比べると「自分が健康と感じている人」の割合はほとんど変わりませんが、「普段健康に気を付けている人」は77.7%から減少しています。

調査結果は、平成28年度策定予定の第3次健康づくり計画の基礎資料として活用し、今後の健康づくりの推進に役立てていきます。