

# 保健センターだより

平成24年6月16日発行

平成24年 第6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** 6月25日(月)から各保健センターへ

ところ(保健センター名)	とき(7月)
美里	27日(金)9:30~11:00
安濃	11日(水)9:30~11:00

## 骨こつ健康相談

おおむね20歳~60歳の人を対象に保健師・栄養士による骨密度測定・相談を行います。

※なお、骨粗しょう症で治療中の人は、かかりつけ医での測定をお勧めします。

**定員** 先着各20人

**申し込み** 6月25日(月)から各保健センターへ

ところ(保健センター名)	とき(7月)
河芸	13日(金)13:30~15:00
芸濃	11日(水)13:30~15:00
美里	24日(火)9:30~11:00
安濃	20日(金)9:30~11:00
香良洲	10日(火)9:30~11:00

## 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** 6月25日(月)から各保健センターへ

ところ	とき(7月)
中央保健センター	20日(金)9:00~10:00
久居総合福祉会館	9日(月)13:30~14:00
河芸保健センター	25日(水)9:00~10:00
芸濃保健センター	17日(火)9:00~10:00
安濃保健センター	6日(金)9:00~10:00
香良洲保健センター	11日(水)9:00~10:00
一志保健センター	10日(火)9:00~10:00
白山保健センター	4日(水)9:00~10:00

## マタニティー倶楽部

**対象** 妊婦

**申し込み** 前日までに各センターへ

ところ(保健センター名)	とき(7月)	内容など
中央	18日(水) 13:30~15:30	赤ちゃんと楽しむ絵本(図書館職員)、赤ちゃんとの生活(保健師)
一志	11日(水) 13:30~15:30	妊娠中の食事について(栄養士)

## 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** 6月25日(月)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(7月)	定員
河芸	2日(月) 10:00~11:45	先着各16人 (初めての人優先)
香良洲	20日(金) 10:00~11:45	
一志	31日(火) 10:00~11:45	

※エプロンとおんぶひも、三角巾、ふきんを持参

<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(7月)	定員
芸濃	13日(金) 10:00~11:30	先着20人 (初めての人優先)