

保健センターでは、安心して妊娠・出産・子育てができ、また生活習慣病の予防や健康の保持増進ができるよう、健康相談・健康教室を実施しています。また、随時、電話相談も行っていますので、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	☎229-3287	安濃	☎268-5800	☎268-5801
久居	☎255-8864	☎255-1999	香良洲	☎292-4183	☎292-4147
河芸	☎245-1212	☎245-3791	一志	☎295-0112	☎295-0115
芸濃	☎266-2520	☎266-2525	白山	☎262-7294	☎262-6520
美里	☎279-8128	☎279-2088	美杉	☎272-8089	☎272-1120

## 健康相談

保健師による相談や血圧測定を行います。

**対象** 成人

**定員** いずれも先着8人

**申し込み** 1月24日(月)から各保健センターへ

ところ	とき(2月)
白山	14日(月) 9:30~11:00
香良洲	16日(水) 13:30~15:00
一志	23日(水) 9:30~11:00
中央	28日(月) 13:30~15:00

## 栄養士による栄養相談

**対象** 成人

**定員** いずれも先着3人

**申し込み** 1月24日(月)から各保健センターへ

ところ	とき(2月)
白山	14日(月) 9:30~11:00
美里	25日(金) 9:30~11:00
中央	28日(月) 13:30~15:00

## 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** いずれも先着2人

**申し込み** 1月24日(月)から各保健センターへ

※相談時間はいずれも9時~10時

ところ	とき(2月)	ところ	とき(2月)
久居	16日(水)	安濃	4日(金)
河芸	25日(金)	香良洲	9日(水)
芸濃	8日(火)	一志	1日(火)
美里	1日(火)	白山	2日(水)

## 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24日(月)から各保健センターへ

〈生後5~8カ月ごろの内容の調理実習〉

ところ	とき(2月)	定員
芸濃	25日(金) 10:00~11:45	いずれも先着 16人 (初めての人の優先)
香良洲	18日(金) 10:00~11:45	

※エプロンとおんぶひもを持参

〈生後9~18カ月ごろの内容で試食〉

ところ	とき(2月)	定員
河芸	7日(月) 10:00~11:30	いずれも先着 20人 (初めての人の優先)
一志	22日(火) 10:00~11:30	

## 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	とき(2月)	内容
中央	23日(水) 13:30~15:30	妊娠中の食事、妊婦さんと赤ちゃんのお口の健康(栄養士、歯科衛生士による講話)
久居	4日(金) 13:30~15:30	赤ちゃんを楽しむ絵本、赤ちゃんとお過ごす生活について想像してみよう(図書館職員、保健師による講話)

