

健康づくりだより

平成26年8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、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 8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(9月)
安濃	10日(水) 9:30~11:00
一志	24日(水) 9:30~11:00

栄養士による栄養相談

とき 9月24日(水) 9時30分~11時

ところ 一志保健センター

対象 成人

定員 先着3人

申し込み 8月25日(月)から一志保健センターへ

精神科医師による こころの健康相談

不安、眠れない、閉じこもりなど、こころの問題で悩んでいる人、またはその家族に精神科医が相談に応じます。

とき 9月25日(木) 14時~15時30分

ところ 中央保健センター

定員 先着4人

申し込み 8月25日(月)から中央保健センターへ

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(9月)	内容など
中央	17日(水) 13:30~15:30	妊娠中の食事について(栄養士)
一志	10日(水) 10:00~12:00	赤ちゃんを楽しむ絵本(図書館職員)、赤ちゃんとの生活(保健師)

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 8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(9月)	定員
芸濃	12日(金) 10:00~11:45	先着各16人 (初めての人優先)
香良洲	19日(金) 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(9月)	定員
河芸	1日(月) 10:00~11:30	先着各20人 (初めての人優先)
一志	30日(火) 10:00~11:30	

今年も受けましょう! がん検診と健康診査

今年度のがん検診と健康診査が7月から始まっています。健康チェックとして年に一度は検診を受け、健康管理にお役立てください。詳しくは、広報津6月16日号と同時配布の「平成26年度 津市がん検診と健康診査のご案内」や、津市ホームページをご覧ください。

津市がん検診

- 個別検診(市内検診協力医療機関)
- 集団検診(施設検診・地域巡回検診)

実施期間 来年3月まで

※検診実施期間の終わりごろは大変混み合います。早めの予約と受診をおすすめします。

問い合わせ 健康づくり課 ☎229-3310
または各保健センター