



保健メモ

10月16日▶11月14日

開催日	内容	受付時間	対象者(地区名)	場所
10月16日(木)	1歳6か月児健診	13:00~13:30	平成19年3月生(国分寺・南河内)	ゆうゆう館
10月17日(金)	特定健診・がん検診 婦人科検診 青年期生活習慣病検診	8:30~10:30	事前申し込み必要	南河内公民館
10月20日(月)	3歳児健診	13:00~13:30	平成17年7月生(国分寺・南河内)	ゆうゆう館
10月21日(火)	4か月児健診	13:00~13:30	平成20年6月生(石橋)	きらら館
10月22日(水)	特定健診・がん検診 婦人科検診 青年期生活習慣病検診	8:30~10:30	事前申し込み必要(女性限定日)	ゆうゆう館
10月23日(木)	ポピーくらぶ 4か月児健診	10:00~11:30 13:00~13:30	就園前のお子さん 平成20年6月生(国分寺・南河内)	きらら館 ゆうゆう館
10月25日(土)	特定健診・がん検診 婦人科検診 青年期生活習慣病検診	8:30~10:30	事前申し込み必要(女性限定日)	きらら館
10月28日(火)	ポピーくらぶ	10:00~10:30	1歳6か月~就園前のお子さん、リトミックを行います	きらら館
10月30日(木)	特定健診・がん検診 婦人科検診 青年期生活習慣病検診	8:30~10:30	事前申し込み必要	ゆうゆう館
11月4日(火)	9か月児健診 3歳児健診	9:30~10:00 13:00~13:30	平成20年2月生(石橋) 平成17年8月生(石橋)	きらら館 きらら館
11月5日(水)	ポピーくらぶ 特定健診・がん検診 婦人科検診 青年期生活習慣病検診 ポリオ予防接種	10:00~11:30 8:30~10:30 13:30~14:00	就園前のお子さん 事前申し込み必要 生後3か月~90か月までのお子さんで2回接種していない方	きらら館 南河内東公民館 ゆうゆう館
11月6日(木)	赤ちゃん広場	10:00~10:10	平成20年7・8月生	ゆうゆう館
11月7日(金)	フレッシュパパ・ママ教室	9:15~9:30	事前申し込みが必要です	きらら館
11月10日(月)	特定健診・がん検診 婦人科検診 青年期生活習慣病検診 3歳児健診	8:30~10:30 13:00~13:30	事前申し込み必要 平成17年8月生(国分寺・南河内)	きらら館 ゆうゆう館
11月11日(火)	1歳6か月児健診	13:00~13:30	平成19年4月生(石橋)	きらら館
11月12日(水)	特定健診・がん検診 婦人科検診 青年期生活習慣病検診 育児相談 ポピーくらぶ	8:30~10:30 9:30~11:00 10:00~11:30	事前申し込み必要 就園前のお子さん 就園前のお子さん	南河内公民館 ゆうゆう館 きらら館
11月13日(木)	9か月児健診	13:00~13:30	平成20年2月生(国分寺・南河内)	ゆうゆう館
11月14日(金)	ポピーくらぶ	10:00~10:30	8か月~1歳6か月のお子さん、リトミックを行います	きらら館

ヘルシースタート教室のお知らせ

育児や家事に忙しい毎日、どうしても食生活のバランスが崩れがちではないでしょうか。そこで、お弁当箱を使って簡単に食事バランスを考える教室を開催します。また、お子さんの離乳食についてもアドバイスします。ぜひ、ご参加ください。

- 開催日 11月14日(金) 午前10時~11時30分
- 場所 ゆうゆう館 小ホール
- 対象者 6~7か月児(平成20年4月・5月生)の親子20組(定員になり次第締め切ります)
- 持ち物 お米1合(弁当箱は不要です)
- 内容 簡単ストレッチ

自分・家族の食事バランスチェック

お弁当パイキング(ご飯やおかずを詰めながら、食事バランスをチェック。お持ち帰りになります!)

離乳食アドバイス

申し込み先 健康増進課 ☎52-1116

