

■マキノ健康福祉センター ☎ 27-1128

日	曜日	行事名	時間	対象者	場所
1	水	健康相談・栄養相談 母子健康手帳発行・もの忘れ相談	10:00 ~ 12:00	一般市民	マ 健
2	木	歯科相談	9:30 ~ 11:00	1~5歳児の親子	マ 健
4	土	子宮頸がん検診	受付 9:30 ~ 11:30 13:30 ~ 15:00	20歳以上の女性(要予約)	マ 健
4	土	乳がん検診	受付 9:30 ~ 11:30 13:30 ~ 15:00	40歳以上の女性(要予約)	マ 健
7	火	7カ月児相談・中期・後期離乳食教室	受付 9:30 ~ 10:00	平成16年10月・11月生まれ	マ 健
8・15・22・29 9・12・14・17・20	水	健康相談・栄養相談・母子健康手帳発行 基本健康診査	10:00 ~ 12:00	一般市民	マ 健
11	土	子宮頸がん検診	受付 9:00 ~ 11:30 13:30 ~ 15:00	20歳以上の女性(要予約)	マ 健
11	土	乳がん検診	受付 9:00 ~ 11:30 13:30 ~ 15:00	40歳以上の女性(要予約)	マ 健
11	土	胃がん検診	受付 9:00 ~ 11:30	40歳以上の方(要予約)	マ 健
11	土	歯周疾患検診	受付 9:00 ~ 11:00	40、50、60、70歳の方で希望者	マ 健
12	日	胃がん検診	受付 9:00 ~ 11:30	40歳以上の方(要予約)	マ 健
12	日	歯周疾患検診	受付 9:00 ~ 11:00	40、50、60、70歳の方で希望者	マ 健
28	火	1歳6カ月児健診	受付 13:30 ~ 14:00	平成15年11月~12月生まれ	マ 健
28	火	3歳6カ月児健診	受付 13:00 ~ 13:30	平成13年11月・12月生まれ	マ 健

※健診や相談場所は、マキノ健康福祉センターは「マ 健」で場所欄に表記。

■安曇川保健センター ☎ 32-1131

日	曜日	行事名	時間	対象者	場所
2・9・16・23・30	木	妊婦相談	受付 9:00 ~ 12:00	妊婦	安 保
2	木	歯周疾患検診	予約制 午前・午後	40、50、60、70才の方で希望者	安 保
9	木	3歳6カ月児健診	受付 13:00 ~ 13:15	H13.11月生まれとH13.12月生まれ	安 保
7・14・21・28	火	親子ひろば	9:30 ~ 11:30	乳幼児と保育者	安 保
16	木	妊産婦教室(たまごひよこ教室)	10:00 ~ 12:00	妊産婦	安 保
21	火	4カ月児・10カ月児健診	受付 13:00 ~ 13:15	H17.2月生まれとH16.8月生まれ	安 保
21	火	7カ月児健康相談	受付 13:00 ~ 13:15	H16.11月生まれ	安 保
24	金	病態別栄養相談	予約制 午前中	市民	安 保

※健診や相談場所は、安曇川保健センターは「安 保」で場所欄に表記。

■高島保健センター ☎ 36-8008

日	曜日	行事名	時間	対象者	場所
1	水	2歳6カ月児健診	受付 9:00 ~ 9:30	平成14年9月~11月生まれ	高 保
7	火	福寿会	13:30 ~ 15:30		黒
15	水	3歳6カ月児健診	受付 9:00 ~ 9:30	平成13年10月~12月生まれ	高 保
21	火	7カ月児相談・後期離乳食教室	受付 9:30 ~ 9:45	平成16年10・11月生まれ	高 保
23	木	2歳6カ月児歯科健診	受付 13:30 ~ 14:00	平成14年9月~11月生まれ	高 保
3・10・17・24	金	おやこの広場	9:00 ~ 11:15	乳幼児と保育者	高 保
3・10・17・24	金	母子健康手帳発行	10:00 ~ 11:30	妊婦	高 保
5	日	胃・乳・子宮・骨検診		※要事前予約	高 保
9	木	胃がん検診		胃がん・乳がん…40歳以上	黒
10	金	胃・子宮がん検診		子宮がん ……20歳以上	高 保
16	木	胃・子宮がん検診		骨…30、35、40、45、50、55、60	鴨
17	金	胃がん検診		65、70歳	武
19	日	胃・乳・子宮がん検診		(年齢は平成18年3月末現在)	高 保
25	土	胃・乳・子宮がん検診			高 保
27~30	月~木	結核健康診査		対象者に直接お知らせします	65歳以上の方

※健診や相談場所は、高島保健センターは「高 保」、公民館黒谷分館は「黒」、鴨老人憩いの家は「鴨」、武曾老人憩いの家は「武」で、場所欄に表記。

■今津保健センター ☎ 22-5101

日	曜日	行事名	時間	対象者	場所
2・9・16 23・30	木	妊婦相談・母子手帳発行 一般健康相談	受付 9:00 ~ 11:30	妊婦 一般市民	今 保
3・17	金	栄養相談(予約制)	受付 9:30 ~ 15:00	一般市民	今 保
14	火	2歳6カ月健診	受付 13:00 ~ 13:30	H14年11月・12月生まれ	今 保
15	水	4カ月児健診・10カ月児健診	受付 12:45 ~ 13:15	H17年2月・H16年8月生まれ	今 保
20	月	妊産婦教室(たまごひよこ教室)	13:30 ~ 15:00	妊婦	今 保
22	水	むし歯予防教室	受付 9:15 ~ 9:45	H14年4月・5月生まれ	今 保
24	金	7カ月児健康相談 (中期・後期離乳食教室)	受付 13:00 ~ 13:30	H16年11月生まれ	今 保
27	月	胃がん検診	受付 受診希望者に通知 午前8時頃から開始	40歳以上の方 (年齢は平成18年3月末現在)	今 保
29	水	3歳6カ月児健診	受付 13:00 ~ 13:30	H13年11月・12月生まれ	今 保

※健診や相談場所は、今津保健センターは「今 保」、今津北コミュニティーセンターは「今 保」で場所欄に表記。



保健師からの
お知らせ

●子どもの歯の健康を守りましょう!

子どもの歯を守るためには、乳幼児期から食習慣や歯みがきの習慣を身につけていくことが大切です。「乳歯は生え替わるからむし歯になっても大丈夫」と思われる方がおられますが、乳歯は抵抗力が弱いため、むし歯の進行が早く、気づいた時にはひどくなっている場合もあります。子どもの歯の健康を守るために、保護者の皆さんは次のことに気をつけてください。

○習慣づけを♪
楽しく歯をみがく習慣をつけ、保護者の仕上げみがきもしましょう。
○薄味でバランスのとれた食事を♪
かむ力を養うための食事をこころがけて取り入れてみましょう。

○おやつは、時間を決めて適切なものを♪
だらだらと食べさせないで、時間を決めて与えましょう。
・おやつは子どもにとっては食事の一部と考え、お菓子以外のものをこころがけましょう。
○規則正しい生活リズムをこころがけて♪
○歯科医の健診を受け、早めに対応を♪

▼「親子でいい歯のコンクール」のお知らせ

6月16日(木)午前10時から、今津保健所で「親子でいい歯のコンクール」が開催されます。対象となるのは、昨年度3歳6ヶ月児歯科健診を受けた方です。むし歯がなかったお子さんとその親です。お問い合わせは、市役所健康推進課または各保健(健康福祉)センターまで。



■朽木保健センター ☎ 38-3111

日	曜日	行事名	時間	対象者	場所
1~3・7・9		基本健康診査		30歳以上の申込み者	
8	水	お達者くらぶ	13:30 ~ 16:00	脳卒中等既往のある方	朽 保
13	木	栄養相談	10:00 ~ 15:00	希望者(予約制)	朽 保
16	月	胃がん検診	9:00 ~ 9:30	40歳以上の申込み者	生
22	水	お達者くらぶ	13:30 ~ 16:00	脳卒中等既往のある方	朽 保
23	木	胃がん検診	8:30 ~ 10:00	40歳以上の申込み者	朽 保
27~29		結核健康診断		65歳以上の方 (年齢は平成18年3月末現在です)	
30	木	乳幼児健診	受付 13:00 ~ 14:00	平成17年2月・平成16年11月・8月生まれの児、 平成15年12月・平成14年12月・平成13年12月生まれ	朽 保

※健診や相談場所は、朽木保健センターは「朽 保」で場所欄に表記。生杉集会所は「生」で場所欄に表記。基本健康診査・結核健康診断の会場・受付時間は、受診票と一緒に送付した日程表をご覧ください。

■新旭保健センター(健康推進課) ☎ 25-8110

日	曜日	行事名	時間	対象者	場所
7・29	火				新 保
15	水				太 保
21	火	胃がん検診	8:45 ~ 10:45	40歳以上の方(事前申し込み要) (年齢は平成18年3月末現在)	太 保
24	金				五
7	火	住民健康相談	9:00 ~ 10:00	一般住民	針
7	火	住民健康相談	10:30 ~ 11:30	一般住民	深
3・10・17・24	金	機能アップ教室「ほほえみ会」	13:00 ~ 16:30	脳卒中等の既往のある方	新 保
6・13・20・27	月	妊婦相談	9:00 ~ 11:00	妊婦	新 保
9	木	歯科相談	9:15 ~ 9:30	妊婦	新 保
9	木	歯科相談	9:45 ~ 10:30	1~5歳児の親子	新 保
10	金	住民健康相談	9:00 ~ 10:00	一般住民	岡
10	金	住民健康相談	10:30 ~ 11:30	一般住民	今
16	木	3歳6カ月児健診	13:00 ~ 14:00	H13年11月・12月生まれ	新 保
17	金	住民健康相談	9:00 ~ 11:00	一般住民	安
21	火	住民健康相談	9:00 ~ 11:00	一般住民	藁 保
22	水	7カ月児健康相談	9:15 ~ 9:30	H16.11月生まれ	新 保
22	水	乳児健診(10カ月児)	13:00 ~ 13:30	H16.8月生まれ	新 保
22	水	乳児健診(4カ月児)	13:30 ~ 14:00	H17.2月生まれ	新 保

※健診や相談場所は、新旭保健センターは「新 保」、針江公民館は「針」、深溝丸沢会館は「深」、太田会館は「太」、藁園ふれあい会館は「藁 保」、藁園静里会館は「藁 保」、安養寺会館は「安」、五十川会議所は「五」、岡会議所は「岡」、今市会議所は「今」で、場所欄に表記。

はみだし健康情報

4月18日は「よい歯の日」、11月8日は「いい歯の日」です。(ともに日本歯科医師会が制定)

はみだし健康情報

6月4日から10日は歯の衛生週間です。(厚生労働省、文部科学省、日本歯科医師会が実施)