

◇プレママ・パパ教室 健康増進係 ☎ 9 1 3 2

| と き                   | 対象者          | 内 容           | 持ってくる物       |
|-----------------------|--------------|---------------|--------------|
| 8月7日(火)<br>午前9時45分～正午 | 妊婦及び<br>配偶者等 | 妊娠・出産<br>について | 筆記用具<br>母子手帳 |

※希望者は、1週間前までに電話で申し込んでください。

◇ベビーサークル 子育て支援係 ☎ 9 1 3 0

赤ちゃんとお母さん集まれ！気軽に話し合えるサークルです。(事前の申込みは不要です)

| と き                   | 対象者               | 持ってくる物          |
|-----------------------|-------------------|-----------------|
| 7月5日(木)<br>午後1時30分～3時 | 乳児(1歳未満)<br>とお母さん | 必要なミルク<br>オムツなど |

◇育児相談 健康増進係 ☎ 9 1 3 2

| と き  | 内 容                |
|--|--------------------|
| 7月10日(火)、7月19日(木)、<br>7月26日(木)<br>午前10時～11時30分<br>午後1時～2時30分 | 保健師・助産師による<br>育児相談 |

※事前に申込みが必要です。希望者は早めに電話で申し込んでください。

◇乳幼児健康診査 健康増進係 ☎ 9 1 3 2

| 健 診    | と き      | 対 象 児       | 受付時間            |
|--------|----------|-------------|-----------------|
| 4 か 月  | 7月30日(月) | 平成19年3月生まれ  | 午後1時<br>～<br>2時 |
| 10 か 月 | 7月6日(金)  | 平成18年8月生まれ  |                 |
| 1歳6か月  | 7月13日(金) | 平成17年12月生まれ |                 |
| 3 歳    | 7月2日(月)  | 平成16年6月生まれ  |                 |

※1歳6か月児健康診査・3歳児健康診査は歯科検診がありますので、口の中をきれいにきてください。心理相談員によるこころの相談も受けられます。

◇ポリオ生ワクチン 健康増進係 ☎ 9 1 3 2

| と き                       | 対象適齢児                | 注 意 事 項  |
|---------------------------|----------------------|--|
| 7月11日(水)<br>午後1時30分～2時30分 | 平成18年7月1日～9月30日生まれ   | <ul style="list-style-type: none"> <li>経口投与(2回)</li> <li>2回目は6週間以上の間隔をあけます。</li> <li>下痢をしている場合は受けることができません。</li> </ul> |
| 7月12日(木)<br>午後1時30分～2時30分 | 平成18年10月1日～12月31日生まれ |  |

## 保健

保健センター ☎ 4584  
健康福祉課 健康増進係 ☎ 9132  
健康福祉課 子育て支援係 ☎ 9130  
保険課 高齢者支援係 ☎ 9129

健康相談・健康審査 ●場所=保健センター

◇母と子の栄養相談 健康増進係 ☎ 9 1 3 2

妊産婦の栄養、お子さんの離乳食、幼児食、子どもの肥満のことなど、栄養に関することについて専門の栄養士が相談に応じます。

| と き                                    | 対象者                    | 内 容              |
|--|------------------------|------------------|
| 7月10日(火)<br>午前10時～11時30分<br>午後1時～2時30分 | 妊産婦<br>乳幼児～高校生と<br>保護者 | 栄養士による<br>個別栄養相談 |

※事前に申込みが必要です。希望者は電話で申し込んでください。

◇成人栄養相談 高齢者支援係 ☎ 9 1 2 9

高脂血症、高血圧、肥満、糖尿病の食事など生活習慣改善に向けての食事について、専門の栄養士が相談に応じます。

| と き  | 対象者 | 内 容          |
|--|-----|--------------|
| 7月5日(木)<br>8月2日(木)<br>午前10時～11時30分<br>午後1時～2時30分 | 成人  | 栄養士による個別栄養相談 |

※事前に申込みが必要です。希望者は電話で申し込んでください。

◇すくすく離乳食教室 健康増進係 ☎ 9 1 3 2

| と き                  | 対象者                 | 内 容          | 持ってくる物                     |
|----------------------|---------------------|--------------|----------------------------|
| 7月26日(木)<br>午前10時～正午 | 平成19年2月生<br>(原則第1子) | 離乳食講<br>話・実習 | 筆記用具、母<br>子手帳、エプ<br>ロン、三角巾 |

※参加希望者は、1週間前までに電話等で申し込んでください。(定員15名)また希望によりボランティアが子守をします。

## 宇都宮市夜間・休日救急診療所

場所=宇都宮市竹林町968

☎ 028-625-2211(代)

※健康保険証を必ずお持ちください。

|    | 診療科目                | 受付時間           |
|----|---------------------|----------------|
| 夜間 | 内科・小児科              | 午後7時30分～翌朝午前7時 |
|    | 歯 科                 | 午後7時30分～午前0時   |
| 昼間 | 内科・歯科・小児科<br>(休日のみ) | 午前9時～午後5時      |



町外で定期の予防接種を受ける人は、健康増進係 (☎ 9 1 3 2) へ