

ポイントマークがあるものを受診したり参加したりすると「東浦町いきいきマイレージ」のポイントが貯められます！



初心者大歓迎！男性健康づくり料理教室

今まで料理をしたことがないという方も、男性だけの教室で気軽に料理を始めてみませんか？

●とき

平成31年1月9日、23日、30日、2月6日、20日、3月6日、20日(各水曜日 全7回)
午前10時～午後1時

●ところ 緒川コミュニティセンター

●内容

料理の基本、すぐに役立つ簡単でバランスのよい料理を学びます。

●対象 町内在住の男性

●定員 20名(先着順)

●受講料 3,000円／7回

※材料費を含む

※初回徴収

●申し込み

12月21日(金)までに保健センターへ(電話申込可)

昨年度、参加した方の声

「基本的な料理を順に作ることが出来て、参考になった」
「好き嫌いなく、色々な料理に挑戦するようになった」



新教室！「ママさんのための！スタイルアップ体操教室」

「今まで家事や子育てに忙しく、自分自身を見直す余裕がなかった…」そんなママさん必見の教室です。

●とき

平成31年1月15日～3月19日
(各火曜日 全8回)
午前9時30分～11時30分

●ところ 保健センター

●内容

音楽に合わせた体操や美しい姿勢になるための秘けつをお伝えし、ママさんのスタイルアップをサポートします。

※別日に事前計測(身体計測、血圧測定、姿勢写真撮影)あり

●対象 1歳半～中学生の子どもをお持ちのママ

●定員 40名(先着順)

●講師 健康運動指導士 伊藤 敦子氏 いとう あつこ

●受講料 1,500円／8回 ※初回徴収

※託児希望の方は4,000円／8回

(託児は4か月～未就園児)

●申し込み

11月22日(木)～平成31年1月8日(火)に保健センターへ(電話申込可)

げんきっ子教室(予約制・託児あり)

一緒に体操をする中で、親子のふれあいを楽しみましょう。

●とき 12月5日(水) 午前10時～11時45分

●ところ 総合子育て支援センター(うららん)

●内容 親子体操、食生活と虫歯予防の話

●対象 2歳～未就園児とその保護者

●定員 15組程度

●持ち物 筆記用具、お茶、タオル、母子健康手帳、室内靴(親子)

●その他 託児は4か月～未就園児

・定員 10名(先着順)

・託児料 無料

●申し込み 12月4日(火)までに保健センターへ(電話申込可)

12月の予定 保健センター ☎ 83-9677 (Fax) 83-9678

個別通知する案内は掲載していません。町ホームページをご覧ください。
「ところ」の表記がないものは「保健センター」で実施します。

母子健康手帳交付

とき	3・17日(月) 9:40~9:50
内容	妊娠中の話、マタニティキーホルダーも交付
持ち物	妊娠届出書、マイナンバーの確認できるもの 【託児あり 事前予約制】

乳幼児健診・相談

名称	対象	日にち	内容(計測・個別相談は共通)
4か月児健診	H30.8月生	21日(金)	診察・産婦歯科健診
7か月児健診	H30.5月生	12日(水)	診察
歯っぴー相談(1歳児計測)	H29.11月生	4日(火)	ブラッシング指導 ☆
1歳6か月児健診	H29.6月生	5日(水)	診察・歯科健診・ブラッシング指導・フッ素塗布 ☆
2歳2か月児歯科健診	H28.10月生	14日(金)	歯科健診・ブラッシング指導・フッ素塗布 ☆
3歳0か月児健診	H27.12月生	19日(水)	尿検査・診察・歯科健診・ブラッシング指導・フッ素塗布 ☆

- 受付時間 13:15~14:00
- 持ち物 母子健康手帳 ☆印: 歯ブラシ、コップ、タオル ※来所できない方は連絡してください。 ※11:00の時点で暴風警報などが発令中の場合は中止

乳幼児予防接種 **町内医療機関で実施中**

予防接種の種類や年齢によって医療機関が異なります。対象月齢・接種間隔を確認して接種してください。予診票がない方、接種間隔など不明点は保健センターへ ※かかりつけ医が町外の場合など、県内協力医療機関でも接種可(接種1週間前に手続きが必要)

赤ちゃんとママのホットスペース **予約不要** 赤ちゃんを連れて、悩みを相談したり、おしゃべりしに来てください。

とき	対象	内容	持ち物
3・17日(月) 13:30~15:00 ※入退室自由	生後6か月までの赤ちゃんがいる方	午後2時からタッチケアやふれあい遊びあり	母子健康手帳、バスタオル、赤ちゃんに必要なもの

※母乳相談(予約制)も随時行っています。ご希望の方は保健センターへ

がん検診 完全予約制 ※個別胃がん検診…町内指定医療機関で実施(料金:4,000円)



検診名	日にち	ところ	受付時間	20歳以上				50歳以上
				子宮頸	乳腺	胃	大腸	
休日女性検診	9日(日)	保健センター	9:00~11:00	●	●	●	●	●
			13:30~15:30	●	●	●	●	
女性検診	12日(水)	保健センター	9:00~11:00	●	●	●	●	●
男性検診	21日(金)			●	●	●	●	●

受診料…子宮頸1,200円、乳腺1,400円、胃1,400円、大腸500円、前立腺600円
受診料無料の方…東浦町国民健康保険加入者、満70歳以上の方、生活保護受給者、町民税非課税世帯者、65~69歳の後期高齢者医療加入者、がん検診無料クーポン券対象者

※定員に達している場合があるため、申し込む前に問い合わせてください。

12月の休日急病診療 受付 9:00~12:00

日にち	診療所名	電話番号
2日(日)	東浦医院(内・小児・循)	83-2270
9日(日)	前田クリニック(内・胃・眼・皮)	84-6618
16日(日)	ひだかこどもクリニック(小児・アレ)	82-0700
23日(祝)	柳原医院(内)	83-2471
24日(振替)	巽ヶ丘クリニック(内・循・小児)	35-1111
29日(土)	前田クリニック(内・胃・眼・皮)	84-6618
30日(日)	おがわ耳鼻咽喉科クリニック(耳鼻咽喉)	82-5200
31日(月)	みたに整形外科(整・リハ・リウ・内)	82-0114

急病で困ったときは…

- あいち救急医療ガイド <http://www.qq.pref.aichi.jp/>
- 愛知県救急医療情報センター(24時間) ☎33-1133
- 小児救急電話相談(毎日19:00~翌朝8:00) ☎「#8000」(短縮番号が使えない場合は ☎052-962-9900)
- 半田歯科医療センター(受付 9:00~12:30) ☎0569-23-2636 ※身体障がい者(児)などは毎週木曜日
- あいちこころほっとライン365(毎日9:00~16:30) ☎052-951-2881
- 名古屋いのちの電話(24時間) ☎052-931-4343
- 全国版救急受診アプリ「Q助」

Q助アプリ



成人健康相談・歯科健診・相談



日にち	受付時間	内容
13日(木)	13:30~14:00	歯科医師による歯科健診・相談、歯科衛生士によるブラッシング指導

※4歳以上の未就園児の身体測定や歯科健診も実施(予約制) ※希望者には、身長・体重・体脂肪測定・保健師の相談も実施

こころの保健室(心の健康など)

担当	日にち	時間	内容
臨床心理士	7日(金)	13:30~(40分程度 予約制)	「疲れやすい」などの体の症状があるときや「気分が沈みがち」などこころがすっきりしないときに相談してください。
保健師	14・21・28日(金)		