

平成26年度下仁田町介護予防事業

～いきいき健康教室～

普段の生活で身についた体のくせをとり、軽い運動やマッサージを行うことで腰痛や腰痛を予防し、転ばない足腰と健康な体づくりを目指しましょう。

申込みは不要です。都合のつく会場へ直接お越しください。



【参加費】 無料

【会場別日程】

地区	会場	開催日	時間	講師
下仁田地区	下仁田町公民館3階	4月 1日 (火)	午前10時～12時	健康運動指導士
		5月 2日 (金)		
	吉崎公会堂	4月 15日 (火)		
		5月 1日 (木)		
馬山地区	鎌田地区集会所	4月 8日 (火)	午後1時30分～3時30分	健康運動指導士
		5月 2日 (金)		
	馬山生活改善センター	4月 4日 (金)	午前10時～12時	
		5月 14日 (水)		
	蒔田地区集会所	4月 3日 (木)	午後1時30分～3時30分	
		5月 22日 (木)		
小坂地区	旧小坂小校舎(1階西:旧教室)	4月 17日 (木)	午前10時～12時	健康運動指導士
		5月 15日 (木)		
	北小地区集会所	4月 14日 (月)		
		5月 23日 (金)		
	東野牧生活改善センター	4月 18日 (金)		
		5月 16日 (金)		
西牧地区	西牧活性化センター	4月 2日 (水)	午前10時～12時	健康運動指導士
		5月 28日 (水)		
	三ツ瀬集会所	4月 23日 (水)		
		5月 27日 (火)		
	矢川友愛館	4月 28日 (月)		
		5月 19日 (月)		
青倉地区	大桑原地区集会所	4月 24日 (木)	午前10時～12時	健康運動指導士
		5月 29日 (木)		
	下青倉集会所	4月 22日 (火)		
		5月 26日 (月)		
	桑本地区多目的集会所	4月 21日 (月)		
		5月 22日 (木)		

■【問い合わせ先】 健康課 高齢者支援係 ☎64-8804 (直通)まで

群馬子ども救急相談 #8000

子どもの急な病気などで対応に困ったら、プッシュ回線の電話、または携帯電話から#8000にお電話ください。保健師・看護師が相談に応じます。

相談日時 月～土曜日 午後6時～翌朝午前8時
日曜日・祝祭日・年末年始 午前9時～翌朝午前8時

問合せ先 県庁医務課 ☎027-226-2540

健康テレホン 4月 ☎027-234-4970 (ヨクナレ)

約3分間の健康講和が聞けます

月／何を食べるか、どう食べるか 火／咀嚼のすすめ
水／健康食品は有効か 木／お酒の一気に飲みはやめよう!!
金／子どものアトピー 土日／大人のニキビ

～直接相談タイム～直接医師が電話に出ます

◆9日(水)婦人科・外科 17日(木)歯科

～Web健康相談～ <http://www.raijin.com/kenko/>

問合せ先 群馬県保険医協会 ☎027-220-1125

4～5月 健康カレンダー

	日にち	受付時間	対象者	持ち物	内容
乳児健診	3,4か月児	4月25日(金)	平成25年12月、平成26年1月生まれ	母子健康手帳 タオル 歯ブラシ	問診、計測、医師の診察、むし歯予防相談、家族計画・授乳指導育児相談、離乳食相談と試食
	6,7か月児		平成25年9月～10月生まれ		
	9,10か月児		平成25年6月～7月生まれ		
★9・10か月児健診対象の方は健診を受ける前に「むし歯予防説明会」を聞いていただきます。					
幼児健診	1歳児	5月23日(金)	H25年3月～4月生まれ	母子健康手帳 タオル、歯ブラシ ※3歳児は事前に配布するアンケートと尿・歯ブラシ	問診、計測、医師の診察、歯科健診、むし歯予防相談・希望者にフッ素塗布、食生活指導と手作りおやつを試食、保健指導、心理発達相談
	1歳6か月児		H24年9月～10月生まれ		
	2歳児		H24年3月～4月生まれ		
	2歳6か月児		H23年9月～10月生まれ		
	3歳児		H23年3月～4月生まれ		
	3歳6か月児		H22年9月～10月生まれ		
定期健康相談 「ふれあい広場」	4月8日(火) 5月13日(火)	午後1時30分～ 3時30分	全住民	乳幼児は母子健康手帳、歯ブラシ	健康相談・栄養相談、介護相談、 血圧測定、育児相談、授乳相談、 むし歯予防相談など
妊婦健康相談・ 妊娠届出	月～金曜日	午前8時30分～ 午後5時	妊娠がわかった人	妊娠届出書	母子健康手帳の交付・妊婦健康診査受診票発行・健康相談
精神保健相談 「こころの相談」	4月11日(金)	午後3時から予約制	不安、不眠、認知症、アルコール依存、ひきこもり、暴力、その他、さまざまこころの悩みや病気をもつ本人やその家族など		心療内科医による個別相談 ※事前に予約の電話をしてください。

☆定期予防接種の個別予防接種については、時期がまいりましたら適時、通知いたします。 会場・問い合わせ先 保健センター ☎82-5490

乳幼児健診の受付時間の変更について

●受付時間

【乳児健診】

3～4か月、6～7か月児:13:30から14:00まで

9～10か月児:13:15から13:30まで(むし歯予防説明会がありますので、13:30までにお越しください。)

【幼児健診】

全対象13:15から13:45まで

●幼児健診対象児には、開催日の2か月前に通知を郵送します。乳児健診対象児には通知しませんので、広報でご確認ください。

休日診療所 富岡市甘楽郡医師会

診療日 日曜日、祝日
診療時間 午前9時～正午
午後1時～5時
診療場所 休日診療所(公立富岡総合病院隣接)
富岡2037番地1
問合せ先 ☎64-1939



公立富岡総合病院 休日の小児救急診療

富岡市甘楽郡医師会医師の協力で行っています。緊急時にご利用してください。

◆4月6日(日) 宮崎誠先生(宮崎医院)
◆4月20日(日) 菊池先生(もみの木こどもクリニック)
診療時間 午前9時～正午
診療場所 公立富岡総合病院 救急室
問合せ先 ☎63-2111