

平成26年度下仁田町介護予防事業

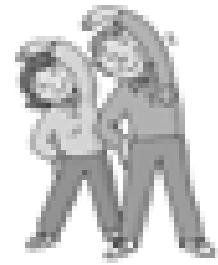
～いきいき健康教室～

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膝痛や腰痛を予防し、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】《日程は都合で変更になることもあります。》



	会場	開催日	時間	講師
下仁田地区	下仁田町公民館3階 大会議室	2月 3日(火)	午前10時～12時	健康運動指導士
		3月 3日(火)		
	吉崎公会堂	2月 16日(月)		
		3月 2日(月)		
馬山地区	鎌田地区集会所	2月 5日(木)	午後1時30分～3時30分	健康運動指導士
		3月 5日(木)		
	馬山生活改善センター	2月 6日(金)	午前10時～12時	
		3月 6日(金)		
	蒔田地区集会所	2月 5日(木)		
		3月 17日(火)		
小坂地区	旧小坂小校舎(1階西:旧教室)	2月 4日(水)	午後1時30分～3時30分	健康運動指導士
		3月 5日(木)		
	北小地区集会所	2月 2日(月)	午前10時～12時	
		3月 4日(水)		
	坂詰公会堂	2月 20日(金)		
		3月 20日(金)		
西牧地区	西牧活性化センター	2月 4日(水)	午前10時～12時	健康運動指導士
		3月 4日(水)		
	三ツ瀬集会所	2月 17日(火)	午後1時30分～3時30分	
		3月 11日(水)		
	矢川友愛館	2月 23日(月)	午前10時～12時	
		3月 16日(月)		
青倉地区	大桑原地区集会所	2月 19日(木)	午前10時～12時	健康運動指導士
		3月 19日(木)		
	下青倉集会所	2月 24日(火)	午後1時30分～3時30分	
		3月 24日(火)		
	桑本地区多目的集会所	2月 26日(木)	午前10時～12時	
		3月 23日(月)		

■【問合せ先】 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 2月 ☎027-234-4970 (ヨクナレ)

約3分間の健康講和が聞けます

月/喫煙と歯周病 火/高血圧の治療
水/低血圧の心配 木/若年性更年期障害
金/胆石症と診断された方へ 土日/子どもの発熱

～直接相談タイム～直接医師が電話に出ます
◆12日(水)内科・外科/18日(木)歯科 午後7時半～9時
～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

2～3月 健康カレンダー

		日にち	時間(受付時間厳守)	対象者	持ち物	内 容
乳児健診	3、4か月児	2月23日(月)	午後1時30分～2時	平成26年10月～11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、むし歯予防指導、家族計画・授乳指導育児相談、保健指導、離乳食相談と試食
	6、7か月児			平成26年7月～8生まれ		
	9、10か月児		午後1時15分～1時30分	平成26年4月～5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	3月23日(金)	午後1時15分～ 午後1時45分	H26年1月～2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、むし歯予防指導・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			H25年7月～8生まれ		
	2 歳 児			H25年1月～2生まれ		
	2歳6か月児			H24年7月～8生まれ		
	3 歳 児			H24年1月～2生まれ		
	3歳6か月児			H23年7月～8生まれ		
定期健康相談 「ふれあい広場」	2月10日(火) 3月10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」	2月13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、さまざまなこころの悩みや病気をもつ本人又はその家族など		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。	

受付時間厳守になりますので、時間内にお越しください。

☆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・問合せ先 保健センター ☎82-5490

富岡保健福祉事務所 2～3月

●エイズ相談(予約制)

日 時 月曜日(要確認) 午後1時～2時
内 容 血液検査・健康相談など(匿名で受けられます)
会 場 富岡合同庁舎
担当者 医師、保健師
申込先 富岡保健福祉事務所 保健係 ☎62-1541

●精神保健福祉相談(予約制)

日 時 2月10日(火)、3月10日(火) 午後1時～3時
対 象 不安、不眠、認知症、アルコール依存、ひきこもり、暴力、その他、さまざまなこころの悩みや病気をもつ本人又はその家族など
会 場 富岡合同庁舎
担当者 精神科医師、保健師
申込先 富岡保健福祉事務所 保健係 ☎62-1541

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。
 ◆2月1日(日) 菊池 修先生(もみの木こどもクリニック)
 ◆2月15日(日) 宮崎 誠先生(宮崎医院)
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