

平成28年度下仁田町一般介護予防事業

～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。

65歳以上であれば誰でも参加できます。

【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。》



下仁田地区	会 場	開催日	時 間	講 師
	下仁田町公民館 3階大会議室	8月 17日(水)	午前10時～12時	健康運動指導士
		9月 15日(木)		
	吉崎公会堂	8月 1日(月)		
9月 5日(月)				
馬山地区	会 場	開催日	時 間	講 師
	鎌田地区集会所	8月 1日(月)	午後1時30分～3時30分	健康運動指導士
		9月 1日(木)		
	馬山生活改善センター	8月 12日(金)	午前10時～12時	
		9月 16日(金)		
	蒔田地区集会所	8月 8日(月)		
9月 1日(木)				
小坂地区	会 場	開催日	時 間	講 師
	旧小坂小校舎(1階西:旧教室)	8月 2日(火)	午後1時30分～3時30分	健康運動指導士
		9月 2日(金)	午前10時～12時	
	北小地区集会所	8月 12日(金)	午後1時30分～3時30分	
		9月 12日(月)		
	坂詰公会堂	8月 8日(月)		
9月 5日(月)				
西牧地区	会 場	開催日	時 間	講 師
	西牧活性化センター	8月 30日(火)	午前10時～12時	健康運動指導士
		9月 20日(火)		
	三ツ瀬集会所	8月 19日(金)		
		9月 23日(金)		
	矢川友愛館	8月 18日(木)	午後1時30分～3時30分	
9月 6日(火)				
青倉地区	会 場	開催日	時 間	講 師
	大桑原地区集会所	8月 29日(月)	午前10時～12時	健康運動指導士
		9月 26日(月)		
	下青倉集会所	9月 29日(木)	午後1時30分～3時30分	
		9月 30日(金)	午前10時～12時	
	桑本地区多目的集会所	8月 30日(火)	午後1時30分～3時30分	
9月 20日(火)				

■【問合せ先】 健康課 高齢対策係(地域包括支援センター) ☎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 8月 (ヨクナレ) ☎027-234-4970

約3分間の健康講和が聞けます

月／静脈血栓塞栓症 火／アレルギー性鼻炎の舌下免疫療法
水／睡眠と肌の健康 木／夜中の歯痛
金／カンガルーケアについて 土日／こどもの夏風邪

◆今月の～直接相談タイム～ 直接医師が電話に出ます

8月18日(水)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

8～9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	8月26日(金)	午後1時30分～2時	平成28年4月～5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28年1月～2月生まれ		
	9、10か月児		午後1時15分～1時30分	平成27年10月～11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	9月23日(金)	午後1時15分～ 午後1時45分	H27年7月～8月生まれ	健診用紙 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			H27年1月～2月生まれ		
	2 歳 児			H26年7月～8月生まれ		
	2歳6か月児			H26年1月～2月生まれ		
	3 歳 児			H25年7月～8月生まれ		
	3歳6か月児			H25年1月～2月生まれ		
定期健康相談 「ふれあい広場」		8月9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
		9月6日(火)				
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」		8月12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。

会場・問合せ先 保健センター ☎82-5490

富岡保健福祉事務所 8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 8月9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ち本人又はその家族など
会 場 富岡保健福祉事務所
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。

◆8月7日(日) 小柳由里子先生(青葉クリニック)
◆8月21日(日) 菊池 修先生(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