

乳 幼 児 健 診

6月から乳幼児健診を再開しています。1歳6カ月児健診、3歳児健診は日程が変更になっていますのでご注意ください。また、対象の方には事前に個別通知しますが、市ホームページも併せてご確認ください。

4カ月児健診 R2年3月生まれ	8月4日(火) 小児科診察、身体計測、離乳食のお話
1歳6カ月児健診 H30年11月生まれ	8月25日(火) 小児科診察、歯科健診、身体計測、発達・栄養相談
3歳児健診 H28年12月生まれ	8月19日(水) 小児科診察、歯科健診、身体計測、発達・栄養相談、ことばの相談、尿・耳・目の検査

受付時間…12:00～12:30(3歳児健診11:45～12:30)

*受付時間前の母子健康手帳の預かりはしていません。

受付はお子様同伴をお願いします。

持ち物…母子健康手帳、バスタオル、すくすく(こども)ノート、健康診査票、3歳児健診は送付された検尿容器(尿を入れたもの)

場所…保健センター五所川原

*自宅で体温を測定してからご来場ください。受付で、お子さんと保護者の体温を伺います。

*受診できない場合は、子育て世代包括支援センターにご連絡ください。

*お子さんや同居家族に、熱や咳などのかぜ症状のある方や体調のすぐれない方は、ご利用をお断りしています。

*ご利用の際、お子さんの同伴者は1名までとさせていただきます。同伴者の方はマスクの着用をお願いします。

*駐車場は保健センター側と道路を挟んだ向かい側にあります。台数に限りがありますので、駐車できない場合は、市役所来庁者駐車場を利用いただき、必ず健診会場に駐車券をご持参ください。

問い合わせ先

子育て世代包括支援センター 内線2394

傾聴ボランティア講座 参加者募集

傾聴とは、相手の話を否定しないで受け止めて聴くことです。相手の話を「聞く」から「聴く」ことができるようになると、会話のずれが少なくなり、コミュニケーションが良好になります。

本講座は、話を傾聴するボランティアに興味がある方はもちろん、自分自身のために学びたい方を募集しています。

3回を通して座学と体験を組み合わせた学びとなっていますが、1回のみ受講も可能です。

日時…7月21日(火)、7月29日(水)、8月4日(火)

各日13:30～15:30

場所…金木公民館

内容…「傾聴の効果」「傾聴を実践」「傾聴ボランティアだからできることがある」等

講師…藤林 正雄氏(青森大学社会学部教授)

対象…市民の方

持ち物…筆記用具、マスク(必要な方は、眼鏡・飲み物)

定員…30名程度

料金…無料

申込み…7月14日(火)までに電話でお申し込みください。定員に余裕がある場合は、期日を過ぎてでも受け付けます。

申込先…健康推進課 内線2376

いきいき教室 (介護予防教室)

高齢者の健康づくりのための楽しい教室です。初めての方も大歓迎です。教室は、参加者間の距離を確保し、換気する等、無理をせず安全に行えるよう運営しますのでご安心ください。

*参加時は熱がないか等、体調を確認いただき、マスク着用をお願いします。

日時・場所(受付はそれぞれ9:45～、13:15～)

▷7月3日(金) 墨汁染めでデザインを楽しもう!
(制作活動)

金木公民館 10:00～11:30

保健センター市浦 13:30～15:00

▷7月10日(金) 墨汁染めでデザインを楽しもう!
(制作活動)

コミュニティセンター栄 10:00～11:30

生き生きセンター 13:30～15:00

▷7月22日(水) 美味しく食べるための口腔ケア

金木公民館 10:00～11:30

保健センター市浦 13:30～15:00

▷7月31日(金) みんなで楽しくニュースポーツ!

(様々なスポーツを紹介、距離を保って行えるスポーツを実践してみます)

コミュニティセンター栄 10:00～11:30

生き生きセンター 13:30～15:00

対象…要介護認定を受けていない65歳以上の市民の方

参加費…無料

持ち物…飲み物、筆記用具、マスク

申込み…開催日の2日前までにお申し込みください。

申込先…地域包括支援センター 内線2463