

育

児



乳幼児健康診査

問い合わせは保健予防課☎(66)1344

4・7・10か月児健康診査

4か月、7か月、10か月になった日から1か月以内の赤ちゃんを対象に、市内の委託医療機関で行っています。個人通知はしませんので、母子健康手帳別冊をよく読んで受診しましょう。

1歳6か月児健康診査

平成8年12月生まれの赤ちゃんが対象です。個人通知はしませんので、直接会場へどうぞ。

▶6月3日(水)=南部公民館 ▶6月4日(木)=新屋支所 ▶6月9日(火)=明德地区コミュニティセンター ▶6月10日(水)=土崎支所 ▶6月12日(金)=市保健センター

受付時間/午後零時30分～2時 用意する物/母子健康手帳と別冊、バスタオル

3歳児健康診査

平成6年12月生まれのお子さんが対象です。対象者には3歳児健康診査用アンケートと尿検査セットを郵送します。当日、母子健康手帳とあわせてお持ちください。

▶中央地区=6月18日(木)、市保健センター
▶南部・西部(茨島・下浜・豊岩・浜田)地区=6月24日(水)、市保健センター
▶北部地区=6月25日(木)、土崎公民館
▶東部・西部(新屋・勝平)地区=6月26日(金)、市保健センター
受付時間/午後零時30分～1時30分

マタニティー講座

妊娠5～9か月(16～35週)の妊婦さんが対象です。妊娠中の注意とお産について。受講無料。母子健康手帳を持って直接会場へどうぞ。とき/5月28日(木)午後1時～3時(受付時間は午後零時45分～) ところ/市保健センター

問い合わせ 保健予防課☎(66)1344

中期離乳食教室

生後6～7か月のお子さんをお持ちのお母さんが対象です。離乳食の進め方を指導します。

受講無料。直接会場へどうぞ。

とき/5月18日(月)午前10時～正午 ところ/市保健センター 用意する物/母子健康手帳、筆記用具、おしぼり

問い合わせ 保健予防課☎(66)1344

お母さんの育児教室

生後8か月までのお子さんをお持ちのお母さんが対象です。小児科医による子育ての講話や情報交換など。受講無料。

とき/5月14日(木)午後1時30分～3時 ところ/市保健センター 定員/先着30人

申し込み 5月8日(金)から保健予防課

☎(66)1344

ぱくぱく教室

2歳くらいのお子さんの食生活で悩むお母さんの教室です。講話や歯みがき指導。受講無料。

とき/5月25日(月)午前10時～正午 ところ/市保健センター 定員/20人 用意する物/母子健康手帳、筆記用具、歯ブラシ、おしぼり

申し込み 保健予防課☎(66)1344

親子で保育所体験しませんか

申し込みはいつでも5月14日(木)午前10時から、各保育所へ電話でどうぞ。参加無料。

港北保育所=遊びにおいでよ。5月26日(火)午前10時～11時。先着10組。☎(45)7166

保戸野保育所=ドン焼きパーティーに参加しませんか。5月26日(火)午前10時～11時。先着20組。☎(23)6928

牛島保育所=いっしょに遊ぼう。5月27日(水)午前10時～11時。先着15組。☎(32)3045

寺内保育所=お友だちと遊ぼう。5月27日(水)午前10時～11時。先着15組。☎(63)6253

川口保育所=お散歩しましょう。5月27日(水)午前10時～11時。先着15組。☎(32)4582

川尻保育所=お庭で遊ぼう。5月28日(木)午前9時40分～11時。先着15組。☎(23)3254

泉すこやか学級

泉地区の3歳未満のお子さんとお母さんが対象です。子育て学習や交流会など。

とき/5月26日(火)から来年3月まで計15回、午前10時～11時30分 ところ/泉児童センター 年会費/800円 用意する物/母子健康手帳、筆記用具、歯ブラシ、おしぼり

申し込み 5月20日(水)から泉地区コミュニティセンター☎(24)8035

健

康

健康大学へどうぞ

各分野の専門講師を迎えてバラエティに富んだ健康講座を開きます。どなたもお気軽にご参加ください。受講無料。

▶5月28日(木)=現代感染症学 ▶6月8日(月)=いきいき食事学 ▶6月22日(月)=救命実技学 ▶6月30日(火)=心ふれあい学 ▶7月9日(木)=からだの科学 ▶7月21日(火)=心身リフレッシュ学 ▶8月10日(月)=歌はつらつ学

時間/午後1時20分～3時 ところ/市保健センター 定員/先着60人

申し込み 保健予防課☎(24)4256

アルコール家族教室

アルコールに関する問題で悩んでいる家族のかたの教室です。医師によるアドバイスを受けながら情報交換や話し合いを行い、家族自身が元気を取り戻すことをめざします。参加無料。事前にお申し込みを。

とき/毎月第2木曜日午後2時～4時(5月は14日(木)です) ところ/秋田市保健所

申し込み 健康管理課☎(37)9211

在宅介護者のつどい

寝たきりや痴呆のかたなどを家庭で介護しているかたが対象です。介護の悩みや日ごろの思いを話し合っています。お気軽にご参加ください。参加無料。

とき/5月26日(火)午後1時30分～3時 ところ/市保健センター

申し込み 保健予防課☎(66)1344

遊びリレーション・くらぶ

痴呆性や介護を要する在宅のお年寄り、介護をしているかたが対象です。季節を楽しむ企画やレクリエーションなど。保健婦や施設の職員がお世話しますので、安心して参加できます。お手伝いをしてくれるボランティアも募集中です。

とき/5月28日(木)から12月17日(木)まで計5回、午前9時45分～午後4時 定員/各回抽選で15組(1組につき2回まで参加できます) 参加費/各回2,000 2,500円(ボランティアのかたは無料)

申し込み 5月15日(金)から22日(金)まで市社会福祉協議会☎(62)7445

糖尿病ウォークラリー

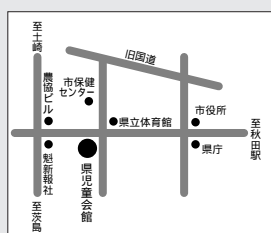
日本糖尿病協会県支部の主催。糖尿病治療中のかたと家族のかたなどが対象。主治医の許可を得てから参加を。参加無料。

とき/5月31日(日)午前10時30分～午後3時 ところ/一つ森公園(現地集合) 定員/先着120人

申し込み はがきに住所・参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号、受診医療機関名、会場までの交通手段を書いて、5月20日(水)まで、〒010-0001 秋田市中通四丁目5-2 秋田明治生命ビル4階 ノボルディスクファーマ(株)ウォークラリー大会係。電話での申し込みも受け付けます。問い合わせは事務局☎(36)0411

子育てママ必見 おすすめスポット

屋内編



県児童会館

科学を勉強できるコーナーやプラネタリウムなど。楽しいイベントも盛りだくさん。

ところ
開館時間 9:00～16:45
料金 無料
定休日 毎週月曜日、年末年始



セリオンリスタ

1年中暖かく、緑もいっぱいの屋内公園。お弁当を持ってピクニック気分も楽しめます。

ところ
開館時間 9:00～20:00
料金 無料
定休日 年中無休

