

健康・福祉

- 東地域保健福祉センター
東方代町 9-52 【注】 ☎ 243-5312
- 南地域保健福祉センター
新和 3-3-1 ☎ 285-2373
- 中央地域保健福祉センター
関屋下川原町 1-3-11 ☎ 266-5172
- 健康福祉課健康増進係 ☎ 223-7237

【注】東地域保健福祉センターは2月25日に上記住所に移転しました。

- ・ご自宅での体温測定をお願いします。
- ・健診日より2週間以内に県外へ行った人は、事前に健康福祉課へ連絡をお願いします。

妊婦歯科健康診査 妊婦期

因 歯科健診、歯科保健指導

因 中央区在住の母子健康手帳を取得している妊婦
因 母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票、ハンカチまたはタオル

因 11月18日(水)から各実施日の2日前までに電話で健康福祉課健康増進係(☎223-7237)へ

受付時間 午後1時～2時15分

期日	会場	定員(先着)
12/4(金)	南地域保健福祉センター	40人
12/10(木)	東地域保健福祉センター	20人

安産教室 妊婦期

因 12月23日(水)午後1時30分～3時30分 ※受け付けは1時15分から

因 南地域保健福祉センター

因 歯科衛生士・栄養士・助産師による講話 ※1回コースに変更しています

因 出産予定日が令和3年2～4月の中央区在住の妊婦先着15人
因 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル

因 11月18日(水)から12月16日(水)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎223-7237)へ

みんなでつながるにっこにこ子育て応援事業(毎月開催)

※中央区在住の人が対象です。

因 携帯電話などで二次元コードを読み取り申し込み※読み取ることができない人は問い合わせ先に連絡してください。

因 妊カフェ・育カフェ：子育て交流ぽーとtete(☎080-9680-6822)

育ばる・10か月育ちの講座：はっぴい mama 応援団(☎278-3177、水曜定休)

妊カフェ(リモート) 妊婦期

因 12月21日(月)午後1時30分～3時30分

因 保健師や助産師への相談、参加者同士の情報交換、沐浴などの育児講座、ほか

因 妊婦先着15人 ※パートナーの参加可

因 11月18日(水)午前8時30分から

妊カフェ
申込先



育カフェ(リモート・会場開催) 生後1～5カ月

因 保健師や助産師への相談、参加者同士の情報交換、ほか

因 生後1～5カ月の子どもと母親

因 11月18日(水)午前8時30分から

時間 午前10時～11時30分

育カフェ
申込先



開催方法	期日	会場	定員(先着)
リモート	12/18(金)		6組
会場	12/11・18 (いずれも金曜)	11日:天寿園 18日:燕喜館(白山公園内)	11日:16組 18日:8組

育ばる(リモート) 生後6～9カ月

因 12月9日(水)午前10時～11時30分

因 保護者同士の仲間づくり、情報交換、保健師や助産師のミニ講座、ほか

因 おおむね生後6～9カ月の子どもと保護者12組

※応募多数の場合は初めて参加する人を優先

して抽選(抽選結果は11月26日以降に通知)

因 母子健康手帳、バスタオルのほか、赤ちゃんに必要なもの

因 11月18日(水)から11月25日(水)まで

育ばる
申込先



10か月育ちの講座(リモート) 生後10カ月

因 12月22日(火)・23日(水)午前10時～11時30分

因 発達心理相談員や保健師による10カ月の子どもの発達、関わり方、遊び方についての講座

因 令和2年2月生まれの子ども(22日は令和2年3月生まれも対象)と保護者先着20組

因 11月19日(木)から

10か月育ちの講座
申込先



はじめての離乳食 生後5カ月

因 離乳食の始め方と進め方の講話

因 おおむね生後5カ月の子どもの保育者

因 母子健康手帳、バスタオル(赤ちゃんをお連れの方)

因 11月18日(水)から各実施日の2日前までに電話で市役所コールセンター(☎243-4894)へ

時間 午後1時30分～2時30分 ※受け付けは1時15分から

期日	会場	定員(先着)
12/17(木)	南地域保健福祉センター	15人
12/24(木)	中央地域保健福祉センター	10人

ステップ離乳食 生後6～12カ月

因 2回食・3回食への進め方、試食

因 おおむね生後6カ月以上の子どもの保育者

因 母子健康手帳、バスタオル(赤ちゃんをお連れの方)、らくらく離乳食ガイドブック(持っている人)

因 11月18日(水)から各実施日の2日前までに電話で市役所コールセンター(☎243-4894)へ

時間 午前10時～11時 ※受け付けは9時40分から

期日	会場	定員(先着)
12/17(木)	南地域保健福祉センター	15人
12/24(木)	中央地域保健福祉センター	10人

ぱくぱく幼児食 1歳6カ月

因 栄養士による講話「幼児期の食生活」、みそ汁の塩分測定(希望者のみ)

因 1歳6カ月前後の子どもの保育者 ※予約制の保育あり・各回先着8人

因 母子健康手帳、筆記用具、みそ汁大さじ2杯(塩分測定を希望する人)

因 11月18日(水)から電話で健康福祉課健康増進係(☎223-7246)へ

時間 午前10時～10時50分 ※受け付けは9時40分から

期日	会場	定員(先着)
12/8(火)	南地域保健福祉センター	15人
12/9(水)	東地域保健福祉センター	15人

フツ化物塗布 4歳未満

因 12月10日(木)①午前9時30分、②午前10時

因 東地域保健福祉センター

因 4歳未満の子ども各時間先着15人

因 母子健康手帳、バスタオル

¥1,020円

因 11月18日(水)から12月8日(火)までに電話で市役所コールセンター(☎243-4894)へ

育児相談 乳幼児

因 保健師などによる個別相談

因 中央区民 ※会場によって定員が異なります。詳しくは、各地域保健福祉センターへお問い合わせください。

因 母子健康手帳、バスタオル

因 11月18日(水)から電話で最寄りの各地域保健福祉センターへ ※先着順。入舟健康センター希望者は、中央地域保健福祉センターへお申し込みください。

期日	時間	会場
12/3(木)	9:30～11:00	◎◆中央地域保健福祉センター
12/15(火)	9:30～11:00	入舟健康センター(北部総合コミュニティセンター1階保育室)
12/16(水)	9:30～11:00	◎南地域保健福祉センター
	13:30～15:00	
12/24(木)	13:30～15:00	◎◆東地域保健福祉センター

◎は栄養士、◆は歯科衛生士による相談あり

健康相談

因 保健師・栄養士による個別相談

因 健診や人間ドックの受診結果(持っている人)

因 各実施日の2日前までに電話で各地域保健福祉センターへ

期日	受付時間	会場
12/9(水)	13:30～14:30	中央地域保健福祉センター
12/11(金)	9:15～11:00	南地域保健福祉センター
	13:30～14:30	東地域保健福祉センター

フレイルチェック

因 12月3日(木)午後1時30分から3時30分

※受け付けは1時から 因 山湯会館(長湯827)

因 握力・筋肉量などの計測、日常生活の見直し

因 65歳以上の人先着15人

因 11月18日(水)から11月30日(月)までに電話でかえつメディカルフィットネス ウォーム(☎0250-21-2566)へ ※市外局番が必要

申込受付時間 平日午前9時30分～午後5時

12月の肺がん・胃がん検診(追加開催)

検診案内冊子「検診いっ得?」に記載されている肺がん・胃がん集団検診は日程を変更し、予約制になっています。事前に予約してからお越しください。また、予約の際は、お手元に受診券を準備のうえ、電話してください。

対象 職場などで受診の機会のない40歳以上の人
持ち物 受診券、健康保険証、個人記録票(肺がん検診・胃がん検診、自己負担金(胃がん検診のみ))

会場① 【県保健衛生センター】成人病検診センター(川岸町2)

因 電話で同センター(平日午前9時～午後4時30分、☎333-8328・☎267-6323)へ

■肺がん検診

実施日(12月)	予約開始日
4日(金)・7日(月)	11月20日(金)から
11日(金)・14日(月)・18日(金)	12月1日(火)から
21日(月)・25日(金)	12月8日(火)から

時間 午後2時～4時 因 各日先着40人

会場② 市医師会メジカルセンター(紫竹山3)

因 電話で同センター(平日午前9時～午後4時30分、☎240-4134)へ

■胃がん・肺がんセット検診

実施日(12月)	予約開始日
1日(火)・7日(月)・8日(火)	11月20日(金)から
14日(月)・15日(火)	12月1日(火)から
22日(火)・23日(水)・24日(木)	12月8日(火)から

時間 午前9時～11時 因 各日先着20人

■肺がん検診

実施日(12月)	予約開始日
1日(火)	11月20日(金)から
15日(火)	12月1日(火)から
23日(水)・24日(木)	12月8日(火)から

時間 午後1時30分～3時30分 因 各日先着40人

お知らせ

市役所、区役所、関係機関からの情報を掲載します。

中央区地域健康福祉推進協議会

因 11月27日(金)午前10時～正午

因 中央区役所(NEXT21)5階 対策室

傍聴者の定員 先着5人

因 当日直接会場

因 健康福祉課(☎223-7252)

《広告欄》



事前に各問い合わせ先へ確認してください。 ※掲載情報は11月9日時点のものです