

みなさんの健康のために(1月)

問 健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

すべて事前に申し込みが必要です。

安産教室

- 1月29日(金)、3月6日(土)午前9時半~10時半 ※全2回
場 豊栄健康センター
内容 妊娠中の栄養、お母さんと赤ちゃんの歯、産後の体と心の変化、沐浴方法のデモンストレーション
人 令和3年6月~8月に出産を予定している人 先着8人
申 電話で健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

育児相談

- 内容 身体計測、栄養相談 ※計測のみも可
人 乳幼児と保育者

Table with 5 columns: Date, Venue, Time, Capacity, Application details.

※豊栄会場は歯科相談もあり

離乳食講習会(はじめての離乳食)

- 1月12日(火)午後1時半~2時20分
場 北地域保健福祉センター
内容 生後5カ月頃の乳児の保育者 先着7人
申 12月23日(水)から電話で市役所コールセンター(☎243-4894)

フッ化物塗布

- 1月6日(水)午前9時半~10時40分
場 北地域保健福祉センター
内容 平成29年1月以降に生まれた子 先着20人
料 1,020円
申 12月23日(水)から電話で市役所コールセンター(☎243-4894)

健康相談

- 内容 保健師・栄養士による個別面談
※健康診断の結果記録票がある人は要持参

Table with 5 columns: Date, Venue, Time, Capacity, Application details.

メタボ予防の運動講座

- 人 ほかの運動教室、サークルなどに参加していない人
内容 運動の習慣化を目的とした講話と実践

Table with 5 columns: Date, Venue, Time, Capacity, Application details.

<<その他>>

- 股関節検診・母体保護相談、1歳誕生歯科健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診(3歳6カ月頃に実施)は該当者に個別案内をしています。
はじめての離乳食は、偶数月は豊栄健康センター、奇数月は北地域保健福祉センターで実施します。
問 健康福祉課健康増進係(☎387-1340)
1歳誕生歯科健診時に同会場で「ブックスタート」を実施します。
問 豊栄図書館(☎387-1123)

年末の大掃除で火災予防を

こころまわりをきれいに

住宅火災のうち、こころによる火災が非常に多く発生しています。
グリル、換気扇、こころまわりの油汚れを放置したまま使用していると油汚れに着火して火災になる危険性があります。

プラグにほこりをためない

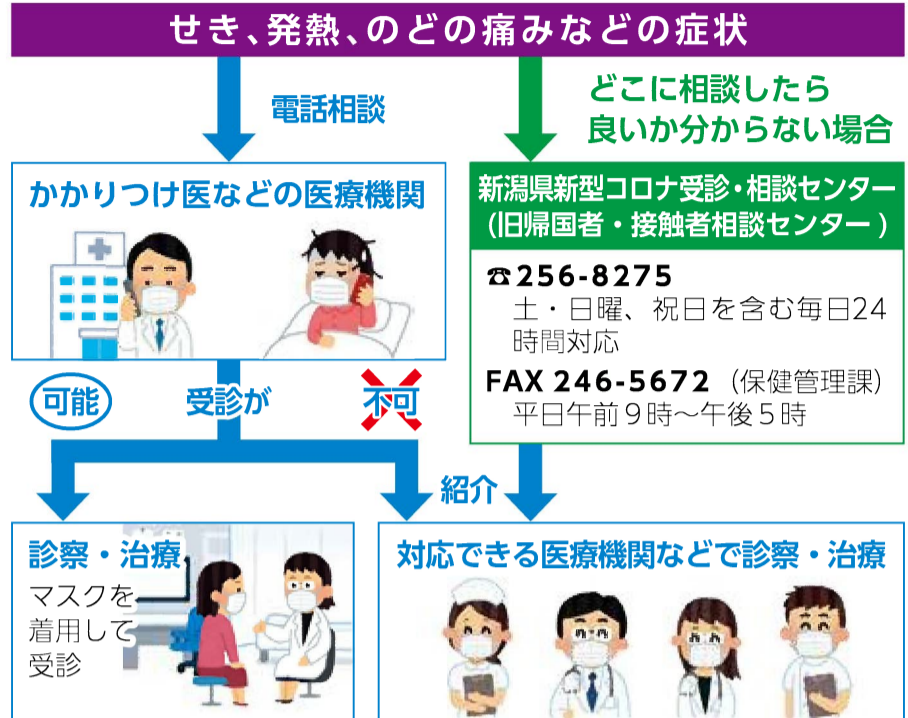
コンセントを長時間差し込んだままにしておくと、コンセントとプラグの間にほこりがたまりやすくなります。
たまったほこりに湿気が帯びると通電して発火する危険性があります。

問 北消防署市民安全課予防調査係(☎387-0119)



せきや発熱などの症状が出たらまずは相談を

インフルエンザの流行期に入り、新型コロナウイルス感染症の流行と重なる恐れがあります。発熱などの体調不良があるときは自分で判断せず、かかりつけ医などに電話で相談し、受診してください。



新しい生活様式を実践しよう~かからない・うつさない・差別しない

- こまめに手洗いを 30秒程度、水とせっけんで丁寧に洗う
マスクを着用
密閉・密集・密接を避ける
差別をしない

問 保健管理課(☎212-8194)

Spring Wind Kenji & Kaneko Ryoma Live event details including date, time, and venue.

主な施設の年末年始の休み

Table showing closure periods for various facilities from Dec 28 to Jan 3.

Table showing closure periods for various facilities from Dec 28 to Jan 3.

申し込みがない人の当日参加はできません。問 産業振興課(☎387-1195)

電話番号(☎)は市外局番025を省略して記載しています。本文中の問などのマークは3面おしらせ版と同様です。感染症の影響で催しなどが急ぎょ中止や延期となる場合があります。(12月14日時点の情報です)