

健康 問申 医療健康課 ☎62-6666

母子健康手帳交付

期日 5月2日、9日、16日、23日、30日 ※いずれも月曜日
 場所 鷹巣保健センター
 時間 9時30分～11時30分
 ※手続き終了まで30分程かかります
 ※交付日に来られない場合は、必ず電話連絡をしてください。
 ※妊婦本人の個人番号(マイナンバー)の記入が必要です。個人番号カード又は通知書と、本人確認書類(免許証等)をお持ちください。



マタニティ講座(後期)

期日 6月6日(月)
 時間 13時30分～15時30分
 場所 鷹巣保健センター
 対象 出産予定日が7月から9月の妊婦とその夫
 内容 先輩ママとベビーとの交流/母乳育児・乳児の保育等
 持物 母子手帳



にじいろリボン 食育キッズ

期日 6月3日(金)
 時間 10時～13時
 場所 鷹巣保健センター
 対象 お子さん(1歳以上)と保護者
 内容 絵本とふれあうクッキング
 申込締切 5月20日(金)



4月の乳児健診・相談

場所 鷹巣保健センター
 持物 母子健康手帳/バスタオル/アンケート用紙



4か月児健康診査

期日 5月24日(火)
 受付時間 12時45分～13時
 対象 平成28年1月生まれの子

7か月児育児相談

期日 5月24日(火)
 受付時間 9時45分～10時
 対象 平成27年10月生まれの子



10か月児健康診査

期日 5月25日(水)
 受付時間 12時45分～13時
 対象 平成27年7月生まれの子

ピピカ歯つびー教室

期日 5月20日(金)
 受付時間 13時15分～13時30分
 対象 平成27年5月生まれの子

献血日程

■5月16日(月) 全血
 大館能代空港ターミナルビル
 13時15分～14時45分
 特別養護老人ホーム 青山荘
 15時15分～16時30分
 ■5月28日(土)
 株佐藤庫組
 ① 9時30分～12時30分
 ② 13時30分～16時30分



いのちとこころの相談会



期日 5月27日(金)
 時間 13時30分～15時30分
 場所 交流センター
 内容 心理専門員が個別に相談に応じます。(秘密は厳守します)
 ※事前に電話予約が必要です。

こころサロンへどうぞ

お茶でも飲んで話をしながらゆっくりした時間を過ごしませんか。
 ○サロン「お茶っこ」
 場所 阿仁保健センター
 日時 5月12日(木) 10時～14時

サロン「すかっと」

場所 森吉保健センター
 日時 5月20日(金) 10時～14時

サロン「梅っこ」

場所 合川保健センター
 日時 5月23日(月) 10時～14時

サロン「あんず」

場所 交流センター
 日時 毎週金曜日 11時～14時
 ※精神保健福祉ボランティア「れもの会」によるサロンです。

精神保健相談・老人精神保健相談及びアルコール健康相談

期日 5月19日(木)
 時間 15時30分～17時(受付15時～)
 場所 北秋田保健所2階
 ※相談は予約が必要です。
 問申 北秋田保健所 ☎62-1165

お知らせ

北秋田市身体障害者相談員・知的障害者相談員

北秋田市では、各地区に身体障害者相談員、知的障害者相談員を配置しています。
 障がいについてお困りの方は、お気軽にご相談ください。

《身体障害者相談員》

- 【鷹巣】 吉野更生園
- 【森吉】 もりよし荘
- 【阿仁】 阿仁かざはり苑
- 【合川】 グリーンハウス

《知的障害者相談員》

- 【鷹巣】 障害者就職・生活支援センター 庄司真樹子さん ☎60-1150
- 【鷹巣】 大野岱吉野学園 佐藤厚子さん ☎66-2104
- 【森吉】 障害者支援施設 森幸園 成田はるみさん ☎75-2141
- 【阿仁】 阿仁かざはり苑 魚住由美子さん ☎82-2985
- 【合川】 更生園 櫻井孝良さん ☎78-3301

福祉課地域障がい福祉係

☎62-6637

特定健診・がん検診を受けましょう!



4月から健(検)診がスタートしています!
 健(検)診の案内は、各世帯ごとに黄色の封筒で郵送します。(封筒には、検診対象になっている家族全員の通知書が入っています)
 ★北秋田市の健(検)診の目玉★

- 【対象】 国保に加入し、特定健診を受診する40・50・60歳の方
 貧血・心電図・眼底検査を追加して検査します。※集団検診のみ
- 【対象】 20歳～39歳の方
 「さわやか健診」を加入している健康保険に関わらず、どなたでも受診できます。※集団検診のみ
- 【対象】 大腸がん検診(50～54歳)、胃がん検診(50・52・54・56・58歳)を受診する方
 加入している健康保険に関わらず、検診料金が無料です。※集団検診のみ
- 【対象】 20～40歳までの方
 「子宮頸がん検診」を県内の指定医療機関で受診できます。※受診券が必要です。希望の方はご連絡ください。

【お詫びと訂正】
 「健康ガイド」P3の大腸がん検診の対象年齢誤=50歳以上 正=40歳以上
 訂正してお詫びいたします。
 問申 医療健康課健康推進係 ☎62-6666

おいしい飲み物とお菓子でおしゃべり
まちがどかフェス～移動相談～
 認知症のことや医療・介護のこと、日々の生活で心配なことなど、お気軽にご相談ください。
 日時 毎月第3水曜日 10時～15時
 場所 げんきワールド(☎60-1335)
 問申 地域包括支援センター ☎69-7061

げんきワールド介護予防支援講座
 ♣ 粹に暮らせる男の講座 ♣
 対象 市内に在住のおおむね60歳以上の男性
 会場 げんきワールドほか / 定員 25人
 時間 13時30分～15時
 受講料 無料 ※一部観劇代、原材料等の負担あり
 申込期間 5月9日～5月31日 ※土日を除く

開催日	講座内容
6月14日(火)	開講式/市民ふれあいプラザ「コムコム」視察
7月12日(火)	明治の芝居小屋「康楽館」視察、観劇
8月23日(火)	グランドゴルフに挑戦
9月13日(火)	伊勢堂岱縄文館と遺跡を探访
10月18日(火)	みんなて山菜栽培を学ぼう
11月8日(火)	史跡、文化財探訪(合川地区)
12月13日(火)	男の料理「蕎麦打ち」に挑戦
1月10日(火)	スポーツ吹矢に挑戦
2月14日(火)	生活習慣病予防/閉講式

問申 げんきワールド ☎60-1335

大太鼓ウオーク 申込締切 5月20日(金)

期日 6月1日(水) 集合場所 道の駅たかのす
 時間 10時～14時(10時受付開始)
 持物 昼食/飲み物/雨具
 内容 ▷ウオーキング(2km/6km) ▷講師による歩き方講座
 ※鷹巣地区以外はバス送迎あり
 問申 医療健康課健康推進係 ☎62-6666

パワーリハビリ教室参加者募集!
 体の筋肉や関節を動かし、活発な生活を目指しませんか?
 初心者大歓迎です。送迎もありませんのでお問い合わせください。
 対象 40歳～90歳の方
 日程 7月～9月まで
 会場 合川保健センター
 内容 器械を使用した軽運動
 申込期間 5月18日(水)～25日(水)
 問申 合川保健センター ☎78-4272