健康ひろば

～保健センターからのお知らせ～

問 医療健康課健康推進係
☎62-6666

こども

■母子健康手帳交付

日時　1月6日(月)、20日(月)、27日(月)
9時30分～11時30分
場所　北秋田市保健センター
持ち物　妊婦本人の個人番号カード又は通知書、本人確認書類
※交付日に来ることができない場合は、必ず電話連絡をお願いします。

■1月の乳幼児健診・相談

場所　北秋田市保健センター
持ち物　母子健康手帳／アンケート用紙／バスタオルほか

▷4か月児健康診査
対象　令和元年9月生まれの子
日時　1月29日(水)
【受付】12時30分～45分

▷7か月児育児相談
対象　令和元年6月生まれの子
日時　1月29日(水)
【受付】9時45分～10時

▷10か月児健康診査
対象　平成31年3月生まれの子
日時　1月29日(水)
【受付】12時45分～13時

▷3歳児健康診査
対象　平成28年8～9月生まれの子
日時　1月22日(水)
【受付】12時30分～45分

■マタニティ講座(中期)

対象　令和2年5～7月出産予定の妊婦と夫
日時　1月16日(木)18時～20時15分
場所　北秋田市保健センター
持ち物　母子健康手帳、エプロン

■にじいろリボン(子育てサークル)食育キッズ参加者募集

日時　2月5日(水) 10時～13時
場所　北秋田市保健センター
内容　親子のふれあい遊び／親子でクッキング
対象　市民で入園前の幼児(1歳以上)と保護者20組
持ち物　子ども用スプーン、箸、おしぼり、その他必要と思われるもの
参加費　無料
申込締切　1月28日(火)
※定員になり次第締切。申込みの際に食物アレルギーの有無をお知らせください。

献血日程

■1月24日(金)
北秋田市消防署本部
13時15分～14時
県立鷹巣技術専門校
14時45分～16時15分

相談

■心のサロンへどうぞ

○サロン「お茶っこ」
場所　阿仁保健センター
日時　1月16日(木)10時～13時30分
○サロン「すかっと」
場所　森吉保健センター
日時　1月17日(金)10時～14時
○サロン「えがお」
場所　前田公民館
日時　1月20日(月)10時～14時
○サロン「梅っこ」
場所　合川保健センター
日時　1月20日(月)10時30分～14時
○サロン「あんず」
場所　北秋田市交流センター
日時　毎週火曜日 11時～14時
※精神保健福祉ボランティア「れもんの会」によるサロンです。

■がんサロン「北秋田 虹の会」

日時　1月23日(木) 13時～15時
場所　男女共同参画活動拠点施設「ハートフルプラザ・北秋田」(北秋田市交流センター内)

■こども立ち寄り相談室

日時　1月10日(金)10時～17時
場所　市民ふれあいプラザコムコム2階A・B研修室
※14時から臨床心理士がいます。個別相談はあらかじめ予約すると待たずに受けられます。

■精神保健相談・アルコール健康相談

日時　1月24日(金) 13時30分～15時
【受付】13時～
場所　北秋田保健所2階
※前日午前まで要予約。
問　北秋田保健所☎62-1165

きたあきた健康ポイント事業　締切間近！

健診やがん検診、健康イベント参加、健康目標を立ててスタンプを集めて応募すると抽選でハローキティTシャツ、図書カードが当たります。

○応募方法
下記の条件で健康ポイントチャレンジシートに3つ以上スタンプを集めて応募。
①特定健診、後期高齢者健診等の健診を受ける／②がん検診等を受ける
③市健康イベント事業に参加／④健康目標を立てて1か月間実行
○提出場所　北秋田市保健センター／各窓口センター・出張所
○応募締切　1月31日(金)

問 医療健康課健康推進係 ☎62-6666

健康

■第3回すこやか健康講座

日時　1月14日(火) 13時30分～15時
場所　北秋田市保健センター
内容　「歯周疾患予防と高齢者の口腔ケア」
講師　北秋田市民病院
歯科口腔外科科長　成田紀彦氏
※阿仁・森吉・合川からバスが出ます。要申込み。詳細についてはご連絡ください。

■若者の生きる支援研修会

日時　1月27日(月)
10時～12時30分
場所　北秋田市文化会館
内容
【講演】「ひきこもりの対話的支援」精神科医・茨城大学医学医療系社会精神保健学教授　斎藤環氏
【対談】「ひきこもりの支援からみる今後～こんな時どう考えたらいいの？～」精神科医　斎藤環氏、NPO法人KOU理事長　大屋みはる氏
申込締切　1月17日(金)

■自分測定日

定期的な体組成測定で健康な「からだ」作り始めませんか？
日時　1月27日(月) 9時～19時
場所　北秋田市保健センター
内容　体組成測定、測定値の説明等
※所要時間は15～30分程度です。

不要となった学生服や学用品等を必要とする子どもたちへ
北秋田市子育て支援学用品リユース事業

来年度に小中学校・高等学校に進学(進級)するお子さんがいるご家庭に必要な品物をお譲りするため、ご家庭で使わなくなった下記の品物の無償提供にご協力をお願いします。

【回収できる物】※下記以外のものは回収しませんのでご了承ください。
中学生・高校生の制服(夏用・冬用)／制服のボタン、ネクタイ、スカーフ、校章／学校指定のジャージ・カバン／柔道着(体育の授業で使用するもの)／習字、絵の具、彫刻刀の各セット(購入から5年以内)／ピアニカ、リコーダー

【回収期間】1月15日(水)～1月31日(金)※閉庁日除く(9時～17時)
【回収場所】福祉課こども福祉係／合川総合窓口センター、森吉総合窓口センター
阿仁総合窓口センター

注)破損や汚れがなく、クリーニングまたは洗濯済みのものに限り回収します。
注)名前の記載されているものは、可能な範囲で消してください。

問　福祉課こども福祉係 ☎62-6638

北秋田市子育て支援学用品リユース事業とは？
子育て家庭の経済的負担軽減と資源の有効活用、そして子どもたちが希望をもって暮らせる社会づくりを目的に実施します。

むし歯のない子

(3歳児健診)▼11月20日の健診

堀内りおちゃん　前野
熊谷はるまちゃん　松葉町
九嶋そうすけちゃん　東横町
林ゆうりちゃん　旭町
成田れいちゃん　太平町
長谷川こころちゃん　太平町
藤嶋ひなこちゃん　内幸町
田村あやちゃん　内幸町
武石ゆのちゃん　幸町
佐藤ゆわちゃん　あけぼの町
佐藤れんたろうちゃん　あけぼの町
畠山ゆきただちゃん　堂ヶ岱
奈良田あやせちゃん　舟場
小林さきちゃん　道城
小林ゆうせいちゃん　道城
佐藤みさちゃん　川井
福田れおちゃん　鎌沢
高橋りゅうきちゃん　八幡岱
藤嶋あおいちゃん　木戸石
安藤あおいちゃん　七曲
木村なつのちゃん　米内沢大町
白沢いおちゃん　川向