

◇ベビーサークル 子育て支援係 ☎ 9130  
赤ちゃんとお母さん集まれ！気軽に話し合えるサークルです。(事前の申込みは不要です)

と き	対象者	持ってくる物
9月6日(木) 午後1時30分～3時	乳児(1歳未満) とお母さん	必要なミルク オムツなど

◇育児相談 健康増進係 ☎ 9132

と き	内 容
9月11日(火)、9月20日(木)、 9月27日(木) 午前10時～11時30分 午後1時～2時30分	保健師・助産師による 育児相談

※事前に申込みが必要です。希望者は早めに電話で申し込んでください。

◇乳幼児健康診査 健康増進係 ☎ 9132

健 診	と き	対 象 児	受付時間
4 か 月	9月25日(火)	平成19年5月生まれ	午後1時 ～ 2時
10 か 月	9月7日(金)	平成18年10月生まれ	
1歳6か月	9月14日(金)	平成18年2月生まれ	
3 歳	9月3日(月)	平成16年8月生まれ	

※1歳6か月児健康診査・3歳児健康診査は歯科検診がありますので、口の中をきれいにできてください。心理相談員によるこころの相談も受けられます。

## 保健

保健センター ☎ 4584  
健康福祉課 健康増進係 ☎ 9132  
健康福祉課 子育て支援係 ☎ 9130  
保険課 高齢者支援係 ☎ 9129

健康相談・健康審査 ●場所=保健センター

◇母と子の栄養相談 健康増進係 ☎ 9132  
妊産婦の栄養、お子さんの離乳食、幼児食、子どもの肥満のことなど、栄養に関することについて専門の栄養士が相談に応じます。

と き	対 象 者	内 容
9月11日(木) 午前10時～11時30分 午後1時～2時30分	妊産婦 乳幼児～高校生と 保護者	栄養士による 個別栄養相談

※事前に申込みが必要です。希望者は電話で申し込んでください。

◇成人栄養相談 高齢者支援係 ☎ 9129  
高脂血症、高血圧、肥満、糖尿病の食事など生活習慣改善に向けての食事について、専門の栄養士が相談に応じます。

と き	対 象 者	内 容
9月6日(木) 10月16日(火) 午前10時～11時30分 午後1時～2時30分	成人	栄養士による個別栄養相談

※事前に申込みが必要です。希望者は電話で申し込んでください。

◇すくすく離乳食教室 健康増進係 ☎ 9132

と き	対 象 者	内 容	持ってくる物
9月20日(木) 午前10時～正午	生後5か月から 6か月児の親 (原則第1子)	離乳食講 話・実習	筆記用具、母 子手帳、エプ ロン、三角巾

※参加希望者は、1週間前までに電話等で申し込んでください。(定員15名) また希望によりボランティアが子守をします。

◇プレママ・パパ教室 健康増進係 ☎ 9132

と き	対 象 者	内 容	持ってくる物
10月15日(月) 午前9時45分～正午	妊婦及び 配偶者等	妊娠・出産 について	筆記用具 母子手帳

※希望者は、1週間前までに電話で申し込んでください。

### うき浮き水中運動教室

▼対象Ⅱ町内にお住まいの40歳～69歳の人(費用は無料です。内容等については担当課までご確認ください。)

▼定員Ⅱ各コース定員20名(先着順)

▼日時Ⅱ11月から2月の12回(初回11月15日)毎週木曜日・午前10時～正午まで

▼場所Ⅱ保健センター(財)栃木健康倶楽部(宇都宮市東今泉)【役場からバス送迎あり】

▼申込みⅡ健康福祉課まで電話等で申し込んでください。

▼申込み・問い合わせ先Ⅱ

健康福祉課 健康増進係

☎ 9132 FAX 567493

## 宇都宮市夜間・休日救急診療所

場所=宇都宮市竹林町968

☎ 028-625-2211(代)

※健康保険証を必ずお持ちください。

	診療科目	受付時間
夜間	内科・小児科	午後7時30分～翌朝午前7時
	歯 科	午後7時30分～午前0時
昼間	内科・歯科・小児科 (休日のみ)	午前9時～午後5時



町外で定期的予防接種を受ける人は、健康増進係 (☎ 9132) へ