

## ●●● 両親学級のご案内 ●●●

おなかのあかちゃんやお母さんの体調はいかがですか？

皆さんが安心して出産・育児が出来るよう下記のとおり教室を開催します。お気軽にご参加ください。

**対象者** 市内にお住いの妊婦さんとパートナーの方、市民外の方で、社会保険二本松病院通院中の方や岳温泉各施設に宿泊した方もご利用いただけます。

**会場** 安達保健福祉センター

**日程・内容**



日時	内容	講師	
1月20日(日)	9:00~	受付・マタニティ体験	助産師
	9:30~ 11:30	助産師のお話と交流会 ・あかちゃんのお風呂の入れ方 ・母乳育児について	
2月8日(金)	9:00~	受付・マタニティ体験	運動指導士
	9:30~ 11:30	マタニティヨガ ・妊娠中の腰痛・肩こりなどの解消法 ・お産に役立つ動きやリラクセス法	

**託児** 無料：申し込みが必要です。

**持ち物** 母子健康手帳 ※託児希望される方は、オムツ、着替え、ミルクをリュックなどに入れてお持ちください。

**申込方法** 実施日の3日前までに下記までお申し込みください。参加者氏名、生年月日、住所、電話番号、出産予定日託児希望の有無、お子さんの氏名、生年月日等お知らせください。

◎問い合わせ・申し込み…健康増進課保健係 ☎(55)5110・Fax(23)1714  
E-mail: hoken@city.nihonmatsu.lg.jp

## これって大丈夫？あなたの心配にお答えします！

～検診結果の個別相談会と健康教室～

検診(人間ドックを含む)の結果について今後の健康管理に役立てていただけるよう保健師による個別相談を行います。検診結果の数値の見方や健康に関する日ごろの悩みなどご相談ください。さらに各種専門家による健康教室も開催されますのでご参加ください。

**個別相談開催日程** ※結果通知書、健康手帳(お持ちの方のみ)を持参ください。

地域	日程	受付時間	会場	健康教室内容			
				医師	栄養	運動	歯科
安達	1月15日(火)	18:45~19:00	安達保健福祉センター			●	
	1月29日(火)						●

**健康教室詳細** ※受講希望される方は、事前に電話で申し込みください。

**運動講話:**「生活の中の運動 自分の理想体型に  
一歩前進!がんばれ3カ月!!」  
健康運動指導士による実技を交えた講話

**歯科講話:**  
「自分で行う口臭対策・口腔のがんについて」  
歯科衛生士による講話・実技

- ◆検診等を受診していない方でも気軽にご参加ください。
- ◆二つの講話も受講できます。
- ◆地域等に関係なく、受講できます。

◎問い合わせ…健康増進課予防係☎(55)5109

## 医療従事者の皆さんは届け出を忘れずに!

**保健所への届出期限** 平成25年1月15日(火)

医師や薬剤師、看護師、歯科衛生士などの皆さんには、医師法等関係法律により、2年に一度、住所や従事先等を記載した届出票等の提出が義務付けられています。平成24年は届出の年となりますので、該当する方は平成24年12月31日現在の状況を保健所まで届け出てください。

### 届出対象者

- ・日本に居住し、日本の医籍・歯科医籍・薬剤師名簿に登録されている全ての医師・歯科医師・薬剤師(従事していない方も含みます)【届出先】住所地または就業地を管轄する保健所
- ・県内で就業している保健師・助産師・看護師・准看護師・歯科衛生士・歯科技工士【届出先】就業地を管轄する保健所 ※各届出とも、保健所へ直接届け出るほか、勤務先医療機関を経由して提出することもできます。

◎問い合わせ…県北保健福祉事務所☎024(534)4104または県保健福祉総務課☎024(521)7217