

## 母子健康手帳の交付

(受付:午前8時30分～午後5時 場所:保健センター)  
**持ち物** 印鑑、妊娠届出書(保健センターにもあります)、マイナンバーカード(持っていない人は通知カードと本人確認書類(運転免許証、パスポートなど))  
 ※妊娠届出書を持っていない場合は、出産予定日を主治医に確認してからお越しください。  
 ※代理人が来所の場合、妊婦本人が記入した委任状、代理人の印鑑と本人確認書類も必要です。

## マ マ・パパ教室

(受付:午後1時15分～1時30分 場所:保健センター)

<b>11月18日(土)</b> 午後1時30分～3時30分	わくわくドキドキ沐浴体験 ママって大変!パパの妊婦体験 目からうろこ!聞いて得するお話
-----------------------------------	---

**対象** 妊娠中期～後期ごろの妊婦・夫および家族  
**持ち物** 母子健康手帳  
 ※要事前申込

## ベ ビースマイル

<b>11月13日(月)</b> 午前10時～11時 (場所:保健センター)	子どもの成長発達や育児に関する悩みを相談、ミニ講座(午前10時～)
--	-----------------------------------

**対象** 乳児(おおむね1歳未満)とその保護者  
**持ち物** 母子健康手帳、おむつなど

## 乳 幼児健診

(受付:午後1時～2時15分 場所:保健センター)

	対象	日
4か月児健診	平成29年7月生	11月30日(木)
10か月児健診	平成29年1月生	11月29日(水)
1歳6か月児健診	平成28年4月生	11月17日(金)
2歳6か月児相談・ 歯科健診	平成27年4月生	11月10日(金)
3歳6か月児健診	平成26年4月生	11月9日(木)

当日の午前10時に気象警報が発令されている場合は健診を中止します。

**持ち物** 母子健康手帳、質問票、バスタオル(4か月児)、歯ブラシ(10か月児・1歳6か月児・2歳6か月児・3歳6か月児)  
 ※3歳6か月児健診では尿検査・視力検査を行います。

## お得に楽しく健康ポイントをためませんか?

- **対象** 市内在住で19歳以上の人
- **交換方法** 12月25日(月)までに51ポイントたったカードを持って健康政策課へ。参加賞(こなん商品券(500円分))と交換します(一人1回限り、先着500人)。  
 ※土曜・日曜、祝日を除く  
 ※ポイントカードの配布場所、ポイントのため方など、詳しくは健康政策課へお尋ねください。

## 成人健診・特定健診の 集団健診を実施します

- ① **日時** 11月7日(火)・8日(水)  
 午前9時～10時30分  
 (番号札を午前8時30分から配布します。)  
**場所** 保健センター
- ② **日時** 11月19日(日)  
 午前9時15分～10時30分  
 (番号札を午前9時から配布します。)  
**場所** 市民産業交流促進施設「ここぴあ」  
**受診料**  
 ・成人健診:1,000円  
 ・特定健診:1,300円(65歳以上無料)  
 ※64歳以下で市民税非課税世帯などに該当する人は、受診料免除の制度があります。受診日の1週間前までに申請してください。

### 成人健診

- **対象** 19歳～39歳(昭和53年4月1日～平成11年3月31日生)で今年度未受診の人
- **持ち物** 受診料、質問票、採尿容器(事前に取りに来た人)、健康手帳、案内ハガキ(持っている人)

### 特定健診

- **対象** 40歳～74歳(昭和18年4月1日～昭和53年3月31日生)の湖南市国民健康保険加入者で今年度未受診の人
- **持ち物** 受診料、受診券、国民健康保険証、質問票、採尿容器(事前に取りに来た人)、健康手帳(持っている人)  
 ※7日・8日は肺がん検診、胃がん検診を同時に受けられます(胃がん検診は申込必要)。詳しくは保健センターだより(19ページ)をご覧ください。  
 ※7日・8日のみ9か月～就学前の子どもの対象に託児を実施します。各日15人(先着順)。希望する人はお尋ねください。子ども連れでの受診も可能です。

## 禁煙教室



禁煙のきっかけづくりをサポートします。

- **対象** 禁煙について興味のある人、禁煙したいと考えている人
- **日時** 12月6日(水)  
 午前9時30分～11時15分
- **場所** 保健センター
- **内容** 呼気検査、ニコチン濃度を測る尿検査、喫煙の影響と禁煙の取りくみ方など  
 ※個別禁煙相談も実施しています。気軽にご相談ください。