

健康衛生課からのお知らせ

●申込・問合せ先 保健センター健康衛生課
〒639-0251 逢坂1-506-1
☎0745-77-3965 FAX0745-77-0939

◆感染症予防や気象警報など状況によっては行事を中止、変更、延期することがありますので、市ホームページにてご確認ください。健康衛生課までお問い合わせください。

行事	日時	場所	定員	内容など	申込方法
健康体操教室	9月11日(金) 10:00~11:00	保健センター 3階会議室	20名	手軽に始められる簡単な体操 主催:香芝市健康運動普及推進員	電話または窓口(先着順) 8月17日(月)以降の申込
ストレッチを 楽しもう!	9月18日(金) 10:00~11:00	保健センター 3階会議室	20名	エアロビクスの要素を取り入れ、 音楽に合わせて速いテンポで行うストレッチ 主催:ストレッチ体操普及リーダー	電話または窓口(先着順) 8月17日(月)以降の申込

集団がん検診のWeb予約が開始します!【受診期限:令和9年2月24日(水)まで】

集団がん検診のWeb予約は8月20日(木)から、電話予約は9月28日(月)から開始になります。定員に限りがありますので、お早めにご予約ください。
料金や日程など詳しくは市ホームページをご確認ください。

Web予約HP



市HP



自分に献身!
がん検診!



食中毒に注意しましょう!

夏の食中毒の原因の多くは、細菌やウイルスによるものです。細菌が食べ物に付着し、体内へ侵入することによって発生します。食中毒予防の3原則を守り、細菌による食中毒を予防しましょう。

～食中毒予防の3原則～

- ①細菌を食べ物に「つけない」、しっかりと手を洗う。
- ②食べ物に付着した細菌を「増やさない」、適切な温度で保存する。
- ③食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」、中心部までよく加熱する。



厚生労働省HP



児童福祉課からのお知らせ

●申込・問合せ先 総合福祉センター児童福祉課
〒639-0251 逢坂1-374-1
☎0745-79-7522 FAX0745-79-7532

行事	日時	場所	対象・定員	内容など
プレママ教室	8月7日(金) 8月25日(火) 9:30~12:00	保健センター 3階	妊娠5か月(妊娠16週)以降の妊婦とその家族 6組(1組2名まで)	【助産師による講話】 ・妊娠期から育児期までのお話 ・沐浴体験/お着替え体験/抱っこ体験/パパの妊婦体験 【持ち物】母子健康手帳、筆記用具
離乳食教室	①8月21日(金) ②8月28日(金) 10:00~11:00	総合福祉 センター3階 調理実習室	乳幼児と保護者 ①4か月児以降 ②7か月児以降 各日15組	①離乳食をはじめよう(1回食~2回食) ②レパートリーをふやそう(2回食~3回食) いずれも作り方の見学(試食は希望される保護者のみ) 【持ち物】母子健康手帳、筆記用具(抱っこひもをお持ちのかたはご持参ください。)
乳幼児相談	8月10日(月) 8月24日(月) ①9:00~②9:30~ ③10:00~	保健センター 2階	乳幼児と保護者 ①4組 ②③9組	・保健師による育児相談 ・栄養士による栄養相談 【持ち物】母子健康手帳、バスタオル
歯ぴか教室	8月24日(月) ①9:15~9:45 ②10:00~10:30 ③10:45~(各15分)	保健センター 2階	乳幼児と保護者 ①1歳6か月児未満 ②1歳6か月児以降 ①②各時間帯8組 ③4組	①むし歯予防、歯みがきのお話 ②仕上げみがき、定期受診のお話 ③歯科衛生士との個別相談 【持ち物】母子健康手帳、筆記用具、②は歯ブラシ(子どもがみがく用と保護者が仕上げする用の2本)

～妊産婦のかたへ～

香芝市では、すべての妊婦・子育て家庭が安心して出産・子育てができるよう、妊娠期から助産師などが継続して相談をお受けし、一人一人の状況に合った必要な支援につなぐ伴走型相談支援を実施しています。

また、里帰り出産のため、本市に帰省された妊産婦のかたも、助産師などによるサポートを受けることができます。一人で悩まずご相談ください。

