

### 目次

- お知らせ P.2~16
- 各種相談 P.17
- 施設だより P.18~19
- みんなの健康だより P.20

### パパママ教室

- 日時/12月11日(金) 13:00~16:30
- 対象者/令和3年2月~4月に父母になる予定の方
- 内容/父親の役割、呼吸法、沐浴体験など
- 持ち物/母子健康手帳
- ※事前申込は不要です。当日直接会場にお越しください

### ママと赤ちゃんのベビーマッサージ&チャイルドヨガ

- 日時/12月16日(水) 10:00~11:00
- 対象/生後2~10カ月頃の赤ちゃん和妈妈
- ※要予約5組まで(残り2組)
- 持ち物/バスタオル
- その他/健康指導係までお申し込みください。

### おとなの健康相談コーナー

- 日時/12月7日(月)、1月4日(月) 13:30~16:00
- 内容/健康診断結果の見方、身体・精神健康相談、精神疾患や引きこもりなどの心の相談、希望者には体組成測定の実施
- 持ち物/健診結果、健康手帳
- ※相談にいらした方には元気づくりポイントを1ポイント、健診(検査)結果を初めてお持ちいただいた方、体組成測定をした方にはさらに1ポイント贈呈します。

### 尾花沢市歯周疾患検診はお済みですか？

令和2年6月に下記の方々へお送りした歯周疾患検診の受診券の有効期限は12月31日です。まだ受診していない方はぜひ受診をご検討ください。

- ・20歳(平成11年4月2日~平成12年4月1日生)の方
- ・25歳(平成6年4月2日~平成7年4月1日生)の方
- ・30歳(平成元年4月2日~平成2年4月1日生)の方
- ・35歳(昭和59年4月2日~昭和60年4月1日生)の方
- ・40歳(昭和54年4月2日~昭和55年4月1日生)の方
- ・50歳(昭和44年4月2日~昭和45年4月1日生)の方
- ・60歳(昭和34年4月2日~昭和35年4月1日生)の方
- ・70歳(昭和24年4月2日~昭和25年4月1日生)の方

### 12月の休日当番医

6日	おくやま内科医院	☎24-0980
13日	さかえクリニック	☎53-8181
20日	後藤医院	☎35-2034
27日	神林内科小児科医院	☎35-2202
31日	伊藤クリニック	☎23-3350

### 年始の休日当番医

1日	清治医院	☎23-2125
2日	吾妻クリニック	☎35-2021
3日	加藤クリニック	☎22-9877

※事前に電話してから受診してください。  
休日の診療時間は8:30~17:00です

- 高額療養費の申請について  
高額療養費の申請には、支払いの確認が必要です。領収書をお持ちください。
- 65歳~74歳で一定の障がいがある方へ  
65歳~74歳で一定の障がいのある方は、後期高齢者医療制度に加入することができます。要件等、詳細につきましてはお問い合わせください。
- ◎健康増進課 国保医療係【内線624、625】

## みんなの健康だより

各種健診、教室、相談は保健センターで行います。乳幼児健診には保護者の付き添いをお願いします。また母子健康手帳を必ずお持ちください。なお、新型コロナウイルス感染症予防のため日程や対象者の変更の他、規模を縮小して実施しております。健診や相談当日に息苦しさやだるさ、発熱、咳、鼻水等の風邪症状のある方の来所はご遠慮ください。

◎健康増進課 健康指導係【内線622】

### 母子健康手帳交付・子どもの健康相談

- 日時/12月7日(月)、21日(月) 9:00~11:30  
1月4日(月)、18日(月)
- 内容/母子健康手帳交付、子どもの健康や発達障害の相談など
- 持ち物/妊娠届出書、保険証、印かん、マイナンバーを確認できるもの
- ※都合が合わない場合は、事前にご相談ください。

### 赤ちゃんルーム

- 日時/12月21日(月)、1月18日(月)
- 内容/妊婦さんや退院直後の赤ちゃんの相談など
- 持ち物/母子健康手帳

### 7~8カ月児健康相談

- 日時/12月7日(月)~令和2年4月生まれ  
1月4日(月)~令和2年5月生まれ
- 受付/9:00~9:30
- 内容/発育相談、離乳食相談
- 持ち物/7~8カ月児健康相談票
- ※相談後、出産祝品のブックスタートキット引き換えを行いますので、引換券をお持ちください。

### 1歳お誕生日計測

- 日時/12月21日(月)~令和元年12月生まれ  
1月18日(月)~令和2年1月生まれ  
9:00~11:30まで
- 内容/身体計測、記念撮影、育児・発達相談等
- 持ち物/1歳児健康相談票、母子健康手帳

### すくすく子育て教室・乳児健診

- 日時/12月9日(水)  
10:00~ すくすく子育て教室  
離乳食調理実習(託児付・予約制です)
- 13:00~ 乳児健診(身体計測、内科診察など)
- 対象/令和2年7~8月生まれの子と保護者
- 持ち物/母子健康手帳、乳児健診問診票、バスタオル  
すくすく子育て教室参加者はエプロン、三角巾、昼食(必要な方)

### 幼児歯科健診

	2歳児歯科健診	2歳6カ月児歯科健診
日時	12月1日(火)	12月4日(金)
受付	13:00~13:15	
対象	H30年10~12月生	H30年4~6月生
内容	歯科診察、歯みがき指導、フッ素塗布	
持ち物	母子健康手帳、各歯科健診受診票、歯ブラシ、コップ、タオル(染め出しで汚れます)、コロナ関連の問診票	

## 尾花沢市 LINE はじめました



友だち追加は  
こちらから!



ID:obanazawacity

市民の皆さんのお役立ち情報配信中♪

- ▶災害時の重要な情報
  - ▶コロナ情報
  - ▶市道通行規制情報
  - ▶イベント情報 など
- 災害時の情報を発信します! 登録をお願いします。

### ~登録方法~

まずはその1をお試しください。その1でできない場合は、その2をお試しください。  
※LINEアプリをインストールしてからご利用ください。

### その1 LINEアプリを使う方法

- ①LINEアプリを開く。
- ②画面上部のマークを押す。



- ③上の「QRコード」を読み込む。
- ④「追加」を押す。

登録完了です!  
ありがとうございます  
(\*´▽`\*)

### その2 ホームページから登録する方法

スマホで「尾花沢市公式 LINE 始めました」と検索し、ページの「友だち追加」を押す、「追加」を押す。

登録完了です! ありがとうございます  
(\*´▽`\*)

登録方法のお問い合わせは、  
総合政策課広報係まで【内線224】

!!出前券が帰ってきた!!詳しくは1枚めくってください 😊

### 出前&お持ち帰り券 出前&お持ち帰り券 出前&お持ち帰り券 出前&お持ち帰り券 出前&お持ち帰り券

**200円** **200円** **200円** **200円** **200円**

有効期限: 令和3年1月31日

- 1品につき1枚をお渡しください
- お店で食べる場合も200円引になります

コピー不可