

平成23年度 宜野湾市健康カレンダー(10月~3月)

詳しくは、宜野湾市保健相談センターへ
〒901-2215 宜野湾市真栄原1 13 15(嘉数小隣)
電話 898 - 5583(代) FAX 898 - 5585

地 図

10月		11月		12月		1月		2月		3月	
こども	おとな	こども	おとな	こども	おとな	こども	おとな	こども	おとな	こども	おとな
1(土) 宜野湾市健康福祉都市づくりフェア		1(火) ふたば このとり倶楽部(両親学級)4-	健康相談	1(木) 1歳6ヶ月児健診	スポレクday 健康相談	1(日) 保健相談センターは お休みです。 (12/29~1/3)		1(水) 3歳児健診	アクアタイム (JSS) HELMAS (赤道児童館)	1(木) 1歳6ヶ月児健診	スポレクday 健康相談
2(日) 宜野湾市健康福祉都市づくりフェア		2(水) 水中運動教室 (JSS)		2(金) HELIMAS (新城児童館) 健康相談				2(木) 1歳6ヶ月児健診	スポレクday 健康相談	2(金) コアラ倶楽部 (育児学級)6-	健康相談
3(月)	健康相談	3(木) 文化の日		3(土) 健康相談				3(日) 健康相談		3(月) 健康相談	
4(火) ふたば	アクアタイム (宜野湾SS) 健康相談	4(金) コアラ倶楽部 (育児学級)4-	HELMAS (新城児童館) 健康相談	4(日) 健康相談				4(土) 健康相談		4(日) ウォーキング大会	
5(水)	水中運動教室 (JSS)	5(土) このとり倶楽部 (両親学級)4-		5(月) 健康相談				5(日) 1歳6ヶ月児健診	スポレクday 健康相談	5(月) 健康相談	
6(木) 1歳6ヶ月児健診	スポレクday 健康相談	6(日) ふたば このとり倶楽部(両親学級)5-	健康相談	6(火) 3歳児健診	水中運動教室 (JSS)			6(水) ふたば	健康相談	6(木) 健康相談	ふたば このとり倶楽部(両親学級)6-
7(金)	健康相談	7(月) 健康相談		7(土) 2歳児歯科検診	ウォーキングday(市立体育館前) 健康相談			7(日) 健康相談		7(月) 健康相談	3歳児健診
8(土) 宜野湾市健康福祉都市づくりフェア(予備日)		8(火) 1歳6ヶ月児健診	水中運動教室 (JSS)	8(木) 健康相談				8(金) 健康相談		8(土) 健康相談	アクアタイム (JSS) HELMAS (赤道児童館)
9(日) 宜野湾市健康福祉都市づくりフェア(予備日)		9(水) 3歳児健診	ウォーキングday(いこい) 健康相談	9(金) 健康相談				9(土) 1歳6ヶ月児健診	ウォーキングday(市立体育館前) 健康相談	9(日) コアラ倶楽部 (育児学級)6-	健康相談
10(月) 体育の日		10(土) 3歳児健診	健康相談	10(日) 健康相談				10(月) 健康相談		10(土) コアラ倶楽部 (両親学級)6-	健康相談
11(火) このとり倶楽部 (両親学級)4-	健康相談	11(金) コアラ倶楽部 (育児学級)4-	HELMAS (新城児童館) 健康相談	11(日) 乳児一般健診				11(水) 1歳6ヶ月児健診	アクアタイム (JSS) HELMAS (赤道児童館)	11(木) 健康相談	11(日) ウォーキング大会(予備日)
12(水) 3歳児健診	水中運動教室 (JSS)	12(土) 健康相談		12(月) 健康相談				12(火) 3歳児健診	ウォーキングday(いこい) 健康相談	12(水) 健康相談	健康相談
13(木) 1歳6ヶ月児健診	ウォーキングday(勤労者) 健康相談	13(日) 乳児一般健診		13(火) このとり倶楽部 (両親学級)5-	健康相談			13(金) コアラ倶楽部 (育児学級)5-	健康相談	13(土) 健康相談	のびっこ親子教室
14(金)	HELMAS (新城児童館) 健康相談	14(月) 健康相談		14(水) のびっこ親子教室	水中運動教室 (JSS)			14(土) 週末健診		14(日) このとり倶楽部 (両親学級)6-	健康相談
15(土)		15(火) ふたば	健康相談	15(木) 1歳6ヶ月児健診	スポレクday 健康相談			15(日) 乳児一般健診	週末健診	15(月) 健康相談	健康相談
16(日)		16(水) 3歳児健診	水中運動教室 (JSS)	16(金) マンマン教室 (離乳食教室)	健康相談			16(土) 健康相談		16(日) 健康相談	1歳6ヶ月児健診
17(月)	健康相談	17(土) 2歳児歯科検診	スポレクday 健康相談	17(日) 健康相談				17(火) ふたば このとり倶楽部(両親学級)5-	健康相談	17(水) 健康相談	健康相談
18(火) ふたば このとり倶楽部(両親学級)4-	健康相談	18(金) マンマン教室 (離乳食教室)	HELMAS (新城児童館) 健康相談	18(日) 健康相談				18(月) 健康相談	アクアタイム (JSS) HELMAS (赤道児童館)	18(火) 健康相談	18(土) 乳児一般健診
19(水) 3歳児健診	水中運動教室 (JSS)	19(土) 健康相談		19(月) 健康相談				19(水) 健康相談	スポレクday 健康相談	19(木) 健康相談	健康相談
20(木) 2歳児歯科検診	スポレクday 健康相談	20(日) ふたば このとり倶楽部(両親学級)5-	健康相談	20(火) 健康相談				20(金) マンマン教室 (離乳食教室)	健康相談	20(土) 健康相談	20(日) 春分の日
21(金)	HELMAS (新城児童館) 健康相談	21(月) 健康相談		21(水) 3歳児健診	水中運動教室 (JSS)			21(土) 週末健診		21(日) ふたば このとり倶楽部(両親学級)6-	健康相談
22(土)		22(火) のびっこ親子教室	健康相談	22(木) 1歳6ヶ月児健診	健康相談			22(日) 健康相談		22(月) のびっこ親子教室	アクアタイム (JSS) HELMAS (赤道児童館)
23(日) 乳児一般健診		23(土) 勤労感謝の日		23(日) 天皇誕生日				23(火) 健康相談		23(水) 1歳6ヶ月児健診	健康相談
24(月)	健康相談	24(火) 1歳6ヶ月児健診	健康相談	24(水) 健康相談				24(木) のびっこ親子教室	健康相談	24(金) マンマン教室 (離乳食教室)	健康相談
25(火) このとり倶楽部 (両親学級)4-	健康相談	25(土) HELIMAS (新城児童館) 健康相談		25(日) 健康相談				25(月) 3歳児健診	アクアタイム (JSS) HELMAS (赤道児童館)	25(火) 健康相談	健康相談
26(水) 3歳児健診	水中運動教室 (JSS)	26(日) 健康相談		26(火) 健康相談				26(水) 2歳児歯科検診	健康相談	26(木) 健康相談	健康相談
27(木) のびっこ親子教室	健康相談	27(月) 健康相談		27(水) 健康相談				27(土) 健康相談		27(日) 健康相談	健康相談
28(金) マンマン教室 (離乳食教室)	HELMAS (新城児童館) 健康相談	28(火) 健康相談		28(木) 健康相談				28(日) 健康相談		28(月) このとり倶楽部 (両親学級)6-	健康相談
29(土)		29(水) 健康相談		29(金) 健康相談				29(土) 3歳児健診	HELMAS (赤道児童館)	29(日) 健康相談	健康相談
30(日)		30(木) 3歳児健診		30(土) 健康相談				30(月) 健康相談		30(火) 健康相談	健康相談
31(月)	健康相談	31(土) 健康相談		31(日) 健康相談				31(火) 健康相談		31(水) 健康相談	健康相談

各種健診・・・場所:保健相談センター
乳児一般健診・・・受付 午前 9:00 ~ 11:00
午後 1:00 ~ 2:45
1歳6ヶ月児健診・・・受付 午後 1:15 ~ 2:30
3歳児健診・・・受付 午後 1:15 ~ 2:00
2歳児歯科検診・・・受付 午後 1:15 ~ 2:45



各種教室・・・場所:保健相談センター
ふたば健康相談【母子相談】受付 午前10:00 ~ 11:00
このとり倶楽部・マンマン教室・コアラ倶楽部 受付 午後1:30 ~

児童の医療費を助成します!!

児童の医療費を入院については中学校卒業まで、通院については5歳未満までを助成いたします。

☆詳しくは、健康増進課 すこやか親子係まで!

予防接種について
個別接種(場所:各指定医療機関)
MR(麻しん風しん)混合ワクチン
BCG、DPT、日本脳炎
対象年齢に達していれば、
通知がなくても接種できます。
集団接種(場所:市立体育館)
ポリオ(受付 午後12:40~1:30)
DT (受付 午後12:40~1:30)



☆詳しくは、健康増進課 予防係まで!

(ヘルマス)
HELMAS(場所:保健相談センター、新城児童館、赤道児童館他)
今話題のメタボリックや健康づくりには欠かせない食事と運動に関する知識や技能が学べます。
詳しい場所や日程等は、毎月の市報やチラシをご覧ください。
水中運動教室 午後1:00~3:00
(場所:宜野湾スイミングスクール、JSS(沖繩中央)スイミングスクール)
スポレクday 午前9:30~12:00 第1、第3木曜日
(場所:宜野湾市勤労者体育センター)
ストレッチ体操やリズム体操をはじめ、ソフトバレーボール、インディアカ等のニュースポーツを行います。
ウォーキングday 午前9:00~11:00
(場所:市立体育館前、いこいの市民パーク、勤労者体育センター)
多くの市民が気軽にウォーキングに参加することが出来ます。
アクアタイム
民間のプールを開放し、気軽に水中運動が楽しめます。
1クール:宜野湾スイミングスクール 午後1:00~3:00
2クール:JSS(沖繩中央)スイミングスクール 午後12:00~2:00

☆詳しくは、健康増進課 健康推進係まで!

健康相談(場所:保健相談センター)
【毎週月・火・金曜日】受付 午後1:00 ~ 3:00
【毎週木曜日】受付 午前9:00 ~ 11:00
週末健診(特定健診・健康診査・がん検診)
受付 午前8:30~10:30(場所は受診券をご確認ください。)
個別健診(特定健診・健康診査・がん検診)
受診期間・・・5月~H24年1月(場所:指定する医療機関)
結果説明会(週末健診時にお知らせします)
子宮がん検診受診期間・・・6月~11月
(場所:指定する医療機関) 20歳以上の前年度未受診者
乳がん検診受診期間・・・6月~11月
(場所:指定する医療機関) 40歳以上の前年度未受診者
人間ドック受診期間・・・5月~H24年1月(場所:指定する医療機関)
都合により日程を変更する場合があります



☆詳しくは、健康支援課 健診指導係まで!