

# ほけん通信



## 健康課

市役所内  
☎23局3515  
あつみライフランド  
☎33局0386

### 元気なボランティア 「食改さん」をご存じですか？

「食改さん」は、正式名称を「食生活改善推進員」といい、田原市では、現在47名の方が健康なまちづくりのために活躍しています。

#### ●どんな活動をしているの？

食改さんは、料理の楽しさや食事の大切さなど、生活に根ざした食の知恵を地域に広めるため、市民館などで講習会を開催しているほか、講義や調理実習などで、毎月楽しく勉強会を行っています。



#### 【食改さんの活動】

地区講習会・親子料理教室・外国人ママ交流会・ヘルスサポーター講座・健康まつりなど

#### \*栄養生活講座のご案内\*

おいしく楽しく学べる講座です！

- ▶対象＝市内在住で全5回の講座に参加できる方
- ▶日時＝①9月15日(火)・②10月13日(火)・③11月10日(火)・④11月24日(火)・⑤12月8日(火)／午前10時～午後1時
- ▶場所＝あつみライフランド
- ▶内容＝講義・調理実習など
- ▶定員＝20名
- ▶参加費＝各回300円
- ▶申し込み・お問い合わせ＝健康課(あつみライフランド) ☎33局0386

#### ●食改さんの「声」

- ❖講習会で様々な年代の方たちと楽しい時間が過ごせた。
- ❖参加者から「真剣に取り組まれていることが分かり、真剣に聞くことができたと」言ってもらい、やりがいを感じられた。
- ❖講習会や自主勉強会で、自分が成長することができた。
- ❖日々の食卓を楽しみながら気づかえるようになった。

#### ●あなたも参加してみませんか？

食改さんは、栄養生活講座と養成講座を受講して活動しています。食改活動の第一歩は、自分や家族の健康づくりです。まずは、栄養生活講座に参加して、栄養や健康づくりについて学んでみましょう。

#### ●インフォメーション

事業名	月日・受付時間	場所	対象者・内容など
母子健康手帳交付	毎週月曜日(祝日を除く) 13:30～15:00	田原市役所 あつみライフランド	妊娠届出書の発行を受けた方 妊娠中の生活、母子健康手帳の使い方 妊娠中の食生活などについて
パパママスクール (育児体験コース)	9月 5日(土) 8:50～9:00	田原福祉センター	妊娠中の方とその夫 ※予約制 パパの妊婦体験、赤ちゃん人形の沐浴など
離乳食教室	9月 4日(金) 9:50～10:00	田原福祉センター	5～6か月児とその保護者 ※予約制 離乳食講習と保育の話、歯の話
	9月16日(水) 9:50～10:00	あつみライフランド	
育児相談	9月 7日(月) 9:00～10:30	あつみライフランド	身体計測、育児・母乳・栄養相談(乳幼児対象)
	9月11日(金) 9:30～10:30	田原福祉センター	

※母子健康手帳交付日に都合の悪い方は、随時受け付けます。(土・日・祝日を除く8:30～17:00)  
※予約制のものは1週間前までにお申し込みください。乳幼児健診・予防接種については、個人に通知します。

#### ●休日当直医 ※当直医は変更になる場合がありますので、医療機関または市役所へご確認のうえ受診してください。市役所 ☎22局1111(代表)

月日	当直医	電話番号	月日	当直医	電話番号
8月 9日(日)	國見医院	☎22局0756	9月13日(日)	北山クリニック	☎23局3946
	岡田医院	☎37局0001		藤岡医院	☎32局1515
	鈴木歯科医院	☎32局0239		藤井歯科医院	☎45局2123
8月16日(日)	第2国見医院	☎23局2302	9月20日(日)	永井医院	☎22局0227
	山本医院	☎45局2203		川瀬医院	☎35局1511
	きまた眼科	☎23局1092	すすき歯科	☎23局0033	
	平野歯科医院	☎22局0214	朽名医院	☎33局0162	
8月23日(日)	富永医院	☎23局1316	9月21日(月・祝)	小原歯科医院	☎25局1139
	津金医院	☎33局0222	9月22日(火・祝)	丸山医院	☎33局0313
山内歯科医院	☎23局1525	惣ト歯科医院		☎45局2066	
8月30日(日)	ふれあいばし診療所	☎29局2500	9月23日(水・祝)	昭和医院	☎32局3749
	丸山医院	☎33局0313		赤石歯科クリニック	☎23局7300
	岩瀬歯科医院	☎22局6677			
9月 6日(日)	宮木内科	☎23局0232			
	渡会医院	☎45局2516			
	仲谷歯科医院	☎23局2327			

診療時間 医科☎9:00～17:00/歯科☎9:00～12:00  
夜間や、かかりつけの医師が不在のとき 渥美病院☎22局2131