

ほけん 通信

みんなが幸せを感じて暮らせるまち
笑顔とやさしさ
健康たけら
21

健康課

市役所内
☎ 23局3515
あつみライフランド
☎ 33局0386

田原の食の案内人「食改さん」

食改さんとは

正式名称は「食生活改善推進員」といい、食改さんはその愛称です。田原市では、現在54名の食改さんが食を中心とした健康づくりを推進するボランティア活動を行い、市民の皆さんが健康で元気に暮らせるようサポートしています。

あなたも食改さんに

市が開催する教案「栄養生活と養成講座」に参加し、修了証を受けると食改さんになることができます。「私も食改さんになりたい」という方、「忙しくて活動できるか心配だわ」という方でも、まずは自分や家族が健康になるために、教室に参加してみませんか。



*「栄養生活」参加者募集

栄養を中心とした健康生活のポイントを、講義・調理実習などを通じて、おいしく楽しく学ぶ教室です。

- ▶対象＝全5回参加できる市内在住の方
- ▶日時＝ 9月16日(火) 10月7日(火) 10月28日(火) 11月18日(火) 12月9日(火) / 午前10時～午後1時 ▶場所＝田原福祉センター
- ▶定員＝20名 ▶参加費＝各回300円 ▶申し込み＝8月29日(金)までに電話・FAXにて

健康課 23局3515 FAX 23局3810

*自主勉強会

テーマを決めて、保健師や栄養士によるミニ講座を開いたり、テーマに合った献立を作成したりするなど、楽しく、わいわいと勉強しています。

*地区講習会

地区の市民館などで、健康料理教室を開催しています。

*親子料理教室

親子で一緒に料理を楽しむ教室です。食改さんが開催する大人気の教室です。



食改さんの活動紹介

・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 6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、赤ちゃん人形のもく浴など
離乳食教室	9月 5日(金) 9:50～10:00 9月18日(木) 9:50～10:00	田原福祉センター あつみライフランド	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
健康相談	9月 1日(月) 9:00～10:30	あつみライフランド	身体計測、育児・栄養相談 健康に関する相談(成人・乳幼児対象)
育児相談	9月12日(金) 9:30～10:30	田原福祉センター	身体計測、育児・栄養相談(乳幼児対象)
心とからだの健康相談	9月25日(木) 10:00～11:30	田原福祉センター	健康に関する相談、健診結果に関する相談 (成人対象)

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

月 日	当直医	電話番号	月 日	当直医	電話番号
8月 3日(日)	永井医院	22局0227	8月31日(日)	河合医院	22局6133
	藤岡医院	32局1515		昭和医院	32局3749
	きまた眼科	23局1092		まち眼科	22局2710
	金田歯科医院	24局1800		佐野歯科医院	22局0685
8月10日(日)	ふれあいばし診療所	29局2500	9月 7日(日)	かわせ小児科	22局1230
	岡田医院	37局0001		山本医院	45局2203
	歯科尾崎医院	22局0684		ふくい眼科	22局5878
8月17日(日)	第2国見医院	23局2302		青木歯科クリニック	33局1139
	丸山医院	33局0313	9月14日(日)	國見医院	22局0756
	木村歯科医院	22局0404		津金医院	33局0222
8月24日(日)	ふれあいばし診療所	29局2500		葉山歯科医院	32局0038
	川崎整形外科クリニック	22局7700			
	川瀬医院	35局1511			
	かわい歯科	24局0080			

診療時間 内科・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