

こんにちは 在宅介護支援センター です

◆来所・有線電話相談
月曜日～金曜日 8:30～17:00
有線 8200

◆電話相談（24時間対応）
電話 62-8200
尚、お急ぎでない方は、出来るだけ平日の昼間をお願いします。

「介護リフレッシュサロン」紹介



支援センターでは、昨年「介護者リフレッシュサロン」を開催しています。このサロンは、日頃、介護でお疲れの介護者の方々に、気分転換と情報交換の場作りを目的として開催しているものです。今月は、このサロンの紹介です。

Q どんな人が参加できるの？

A 日ごろ介護している方なら、どなたでも参加できます。

Q どんなことをするの？

A 介護体験を話し合ったり、情報交換をしたりします。他の参加者ご希望により、リフレッシュできる内容も加えています。

Q 今までの内容を挙げますと・
A 音楽鑑賞・読み聞かせ・ストレッチ体操・ツボ体操です。

Q 参加費は？
A 無料です。

Q 家を空けられない場合はどうすれば、参加できるかしら？

A 事前に支援センターにご相談ください。方法を一緒に考えます。

Q どのくらいの頻度であるの？

A 2ヶ月に一回ですが、自分の参加したいときだけでよいのです。今後は11月6日・平成16年1月・3月の予定です。

Q 参加するには、どうしたらいいの？

A 支援センターに、申し込んでください。毎回通知を差し上げます。

尚、このほかにも、男性の介護者のサロン「あじさい教室」があります。主として、料理と体操を行い情報交換の場となっています。「あじさい愛妻」からきたものです。愛妻家の男性の参加者も募集中です。ご連絡お待ちしております。



我が家は健康家族（健康標語）

健康ガイド

検診を 受けて明るい健康家族
植松 久 男 さん（新田）

11月の （11月11日～12月10日） 保健日程

◆ 健康診査・予防接種

事業名	対象	期 日	受 付	会 場
4 カ月 児 健 診	平成15年7月生まれの人	11月17日(月)	午後1:10(集合)	保健センター
7 カ月 児 健 診	平成15年4月生まれの人	12月5日(金)	午後1:10(集合)	
10 カ月 児 健 診	平成15年1月生まれの人	12月5日(金)	午後1:45(集合)	
1歳6カ月児健診	平成14年5月～6月生まれの人	12月9日(火)	午後1:10(集合)	
2歳児歯科健診	平成13年9月～10月生まれの人	11月19日(水)	午後1:10(集合)	
3 歳 児 検 診	平成12年9月～10月生まれの人	11月11日(火)	午後1:10(集合)	
3種混合予防接種	I期①②③回平成15年3月迄に生まれた人	12月2日(火)	午後1:15～1:45	
ツベルクリン反応 判 定 B C G	平成15年2月～平成15年7月生まれの人	12月8日(月) 12月10日(水)	午後1:15～1:45 午後1:15～1:45	

◆ 相談・教室

事業名	対 象	期 日	時間(受付)	会 場
母 親 学 級	妊婦とその家族	11月18日(火)	午後1:10～1:20	保 健 セ ン タ ー
		11月27日(木)	午後1:10～1:20	
乳 幼 児 相 談	乳 幼 児	11月13日(木)	午前9:30～10:30	
母 乳 相 談	(要 予 約)	11月17日(月)	午後1:00～2:30	
おやこふれあいひろば		11月26日(水)	午前9:30～9:45	

【お問い合わせ先】
保健福祉課保健予防係
電話 62-9134
有線 9134