

健康増進計画・食育推進計画 策定のためアンケートを実施

市では、「健康増進計画・食育推進計画」を策定する参考資料とするため、アンケートを実施します。皆さんのご協力をお願いします。

▼調査対象Ⅱ市内在住で19歳以上64歳未満の3,000人（住民基本台帳から無作為に抽出）。

▼調査方法Ⅱ6月中旬に調査票を発送しますので、回答を記入し、6月30日㊦までに同封の返信用封筒で返信してください。

※詳細は本庁・健康増進課健康増進係（天草中央保健福祉センター内）☎243737へお尋ねください。

ウォーキングセミナーを開催します

▼対象Ⅱ市内在住で運動制限のない人。

▼ときⅡ①7月13日㊦、②8月17日㊧いずれも午後1時30分から同3時30分まで。

▼ところⅡ天草中央保健福祉センター。

▼内容Ⅱ①効果的に脂肪を減らそう②カロリー代謝を高めるためには。

▼参加料Ⅱ無料。

▼持参品Ⅱ運動のできる服装上靴。

▼申込方法Ⅱ前日までに、直接または電話で天草中央保健福祉センター☎243737へお申し込みください。※詳細も同センターへお尋ねください。

県中央児童相談所 天草地域子ども相談事業

県中央児童相談所天草地域子ども相談事業は、児童や保護者などに対する相談援助活動を行うことにより、天草地域における児童福祉の向上を図ることを目的に実施しています。

▼対象Ⅱ天草地域に居住する18歳未満の子どもとその保護者。

▼相談内容Ⅱ●養育困難●身体的や知的な面での発達●虐待やしつけ●家出や非行などの問題行動●不登校や引きこもりなど。

▼実施時期Ⅱ7月・9月・11

月・平成24年1月・3月。 ※実施日については、直接お尋ねください。

▼ところⅡ天草地域振興局（今釜新町）。

▼申込方法Ⅱ本庁・子育て支援課または牛深支所・市民福祉課、その他の支所・総務市民課に備え付けの申込書に必要事項を記入し、県中央児童相談所へ直接郵送するか、または同課（所）へ提出してください。

※なお、本庁・子育て支援課に「子ども総合相談室」、牛深支所・市民福祉課に「家庭児童相談室」を設置していますので、お気軽にご相談ください。

※詳細は県中央児童相談所☎096(381)4451または本庁・子育て支援課子ども相談係（内線1407）へお尋ねください。

住民基本台帳カード 取得のご案内

6月は、住民基本台帳カード（住基カード）利用促進強化月間です。住基カードは、市役所窓口での本人確認のた



めの公的な証明書として使うことができます。また、携帯電話の契約や金融機関での本人確認書類としても利用することができ、運転免許証を返納した人や、ほかの証明証を持っていない人には非常に便利なカードです。交付申請手続きは、運転免許証・パスポートなどの官公署が発行した写真付きの証明書など、本人確認ができる書類が必要です。写真付きの証明書がない場合は、郵送による本人照会を行いますので、その照会書と、健康保険証など本人確認ができるものを持って、後日窓口へお越しください。

なお、住基カードは本庁と牛深支所で交付し、手数料は500円です。この機会に、住基カードを作りませんか。 ※詳細は本庁・市民課窓口係（内線1106）または牛深支所・市民福祉課市民係へお尋ねください。

育児学級

▶対象=0歳～1歳未満の子どもと保護者
▶時間=10:00～13:00 ▶定員=20人
▶持参品=母子健康手帳・米0.5合・エプロン、三角巾・おんぶひも

日	内容	場所
4㊦	離乳食講座 「離乳食のすすめ方について」 ※調理実習（試食）を含む	天草中央保健福祉センター

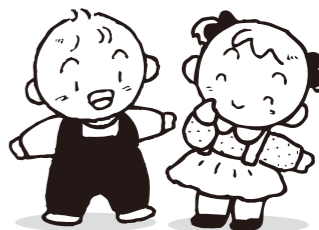
※参加を希望する人は6月27日㊦までに、電話で天草中央保健福祉センターへお申し込みください。

おやこ食育教室

▶対象=4カ月～9カ月の子どもと保護者
▶時間=9:45～13:00
▶持参品=母子健康手帳・エプロン・子ども用のスプーン・飲み物

日	内容	場所
29㊦	離乳食のすすめかたについて ※調理実習（試食）を含む	天草東保健福祉センター

※参加を希望する人は7月27日㊦までに、電話で天草東保健福祉センターへお申し込みください。



5歳児健診

▶対象=健診日の2週間前に個別にお知らせします。
▶持参品=問診票（未就園児・市外就園児のみ）・母子健康手帳・バスタオル・水筒

日	対象地区	場所	受付時間
7㊦	本渡（志柿・瀬戸・下浦町を除く）、新和、五和、天草（高浜・大江を除く）	天草中央保健福祉センター	12:45～13:15
21㊦	本渡（志柿・瀬戸・下浦町を除く）、新和、五和、天草（高浜・大江を除く）	天草中央保健福祉センター	12:45～13:15
28㊦	本渡（志柿・瀬戸・下浦町）、有明、御所浦、倉岳、栖本	天草東保健福祉センター	12:45～13:15

健康相談

▶対象=希望者
▶受付時間=10:00～11:00
▶持参品=健康手帳・母子健康手帳・バスタオル

日	場所
4㊦	牛深支所、いさな館（御所浦支所の2階）、天草西保健福祉センター
11㊦	天草中央保健福祉センター、有明保健センター、牛深支所、天草支所
19㊦	天草東保健福祉センター
25㊦	天草中央保健福祉センター、牛深支所

【問い合わせ先】

天草中央保健福祉センター（亀場町）☎240620・243737
天草東保健福祉センター（栖本町）☎663355
天草西保健福祉センター（河浦町）☎753301

1歳6カ月児健診

▶対象=平成21年12月生まれ
▶持参品=問診票・母子健康手帳・バスタオル

日	対象地区	場所	受付時間
19㊦	本渡（志柿・瀬戸・下浦町を除く）、新和、五和、天草（高浜・大江を除く）	天草中央保健福祉センター	12:45～13:15
27㊦	本渡（志柿・瀬戸・下浦町）、有明、御所浦、倉岳、栖本	天草東保健福祉センター	12:45～13:00

※牛深・天草（高浜・大江）・河浦地区の平成21年12月～同22年1月生まれは8月に実施予定です。

3歳児健診

▶対象=平成20年6月生まれ
▶持参品=問診票・母子健康手帳・バスタオル

日	対象地区	場所	受付時間
6㊦	本渡（志柿・瀬戸・下浦町）、有明、御所浦、倉岳、栖本	天草東保健福祉センター	12:45～13:00
7㊦	牛深、天草（高浜・大江）、河浦	天草西保健福祉センター	13:00～13:30
28㊦	本渡（志柿・瀬戸・下浦町を除く）、新和、五和、天草（高浜・大江を除く）	天草中央保健福祉センター	12:45～13:15

※牛深・天草（高浜・大江）・河浦地区は平成20年5月～6月生まれが対象です。



3・4カ月児健診（BCG予防接種を含む）

▶対象=平成23年3月生まれ
▶持参品=問診票・母子健康手帳・バスタオル（BCGを接種するときは予診票も持参）

日	対象地区	場所	受付時間
12㊦	本渡（志柿・瀬戸・下浦町を除く）、新和、五和、天草（向辺田を除く）	天草中央保健福祉センター	12:45～13:15
20㊦	本渡（志柿・瀬戸・下浦町）、有明、御所浦、倉岳、栖本	天草東保健福祉センター	12:45～13:00
21㊦	牛深、天草（向辺田）、河浦	牛深支所	13:00～13:15
26㊦	本渡（志柿・瀬戸・下浦町を除く）、新和、五和、天草（向辺田を除く）	天草中央保健福祉センター	12:45～13:15

7・8カ月児健診

▶対象=平成22年11月生まれ
▶持参品=問診票・母子健康手帳・バスタオル

日	対象地区	場所	受付時間
14㊦	本渡（志柿・瀬戸・下浦町を除く）、新和、五和、天草（向辺田を除く）	天草中央保健福祉センター	12:45～13:15
20㊦	本渡（志柿・瀬戸・下浦町）、有明、御所浦、倉岳、栖本	天草東保健福祉センター	13:00～13:15
21㊦	牛深、天草（向辺田）、河浦	牛深支所	13:15～13:30