



歯科検診・フッ素塗布

対象 おおむね0歳～4歳児
※フッ素塗布は前回から6カ月経過後

日時 0:1・3歳代 11月18日
(水)10時～11時 / 2・4歳代 11月24日(火)10時～11時

場所 りんくる
持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ
問合せ 保健推進課
☎72・3124

7つて発達相談

就学前のお子さんの育児について、発達相談員、保健師がお子さんと一緒に遊びながら相談・アドバイスを。

日時 11月26日(木)10時～15時
場所 りんくる

申込・問合せ 保健推進課
☎72・3124

両親教室

助産師による出産、育児の話、赤ちゃんをお風呂に入れる練習、お父さんの妊婦疑似体験など。

日時 11月22日(日)13時～15時
場所 りんくる

持ち物 母子健康手帳、バスタオル、タオル、ガーゼハンカチ

申込締切 11月18日(水)
申込・問合せ 保健推進課
☎72・3124

健康・福祉

季節性インフルエンザの予防接種

高齢者への季節性インフルエンザ予防接種について、開始時期を10月15日(木)としています。医療機関によりワクチンの入荷に差が生じています。入荷状況によっては希望の時期に受けることができない場合がありますので、あらかじめ医療機関に確認の上、受診するようにお願いします。

事業内容は、広報いしかり10月号7ページをご覧ください。
問合せ 保健推進課
☎72・6124



新型インフルエンザの予防接種ではありません

パーキンソン病学習会

家庭でできるリハビリテーションについて学びます。

対象 パーキンソン病の方とご家族
日時 11月10日(火)14時～16時

場所 江別総合社会福祉センター(江別市錦町14)
講師 理学療法士 山内克泰氏
申込・問合せ 江別保健所子ども保健推進課

も・保健推進課
☎011・383・2111

第20回石狩市社会福祉大会

お互いが思いあう、支えあう「ふくしのまち」づくりを市民みんなで考えます。
日時 11月13日(金)13時30分

場所 りんくる
内容 式典・表彰・講演「少子化・非婚・晩婚から見えてくる地域の福祉力」

講師 結婚相談室オフィス・アン代表 斎藤美智子氏
問合せ 市社会福祉協議会
☎72・8184

傾聴トレーニング&認知症講座

「傾聴」の技法・技能の習得と合わせ、認知症という疾病の特徴や患った方とのかかわり方などについて学ぶ、より専門的な傾聴ボランティアの講座です。

対象 市内在住でボランティア活動に関心のある方
日時 11月19日(木)9時30分

15時
場所 りんくる
定員 30人
申込方法 窓口または電話・ファクスで申し込み

申込締切 11月10日(火)
申込・問合せ 市社会福祉協議会
ボランティアセンター
☎72・8341
☎74・2008

成人健康相談

生活習慣病、メタボリック症候群の予防・改善、女性特有の更年期障害など、健康に関する相談に保健師・栄養士が応じます。

※個室希望者は申込時に応相談
日時 11月17日(火)10時～11時30分

場所 りんくる
持ち物 お持ちの方は健康手帳、健診受診者は健診結果票も
申込締切 11月16日(月)
申込・問合せ 保健推進課
☎72・3124

心の健康相談【予約制】

不眠、抑うつ、ひきこもり、認知症、アルコール依存、高次脳機能障害など本人や家族の心の健康について精神科医・保健師が応相談。

日時 11月17日(火)14時
場所・申込・問合せ 江別保健所
石狩支所 ☎74・1142

救急法基礎講習会

AED(自動体外式除細動器)を使用します。

こころの健康づくり講座「ただいま、心の充電中～あなたが大切な人を喪わないために～」

ご存じですか?

北海道では毎日4人以上の方が自ら命を絶っています。石狩市では年間10人～15人の方が自ら命を絶っています。

誰にも気分が落ち込んでしまうときがあります。うつ病という病気になることがあります。こころのエネルギーが途切れてしまいそうになる時、そばで支えてくれる人がいなかったら、聞いてくれる人がいなかったら…。こころのエネルギー回復するために、私たちがお互いできることを考えましょう。

【講演終了後は個別に相談に応じます(予約制)】

- 司法書士の相談…多重債務などでお困りの方はご相談ください。
- 精神科医の相談…ご自身や家族のうつ病や精神状態にお悩みの方はご相談ください。

日時 11月14日(土)14:00～16:00

場所 花川北コミセン

講師 北海道立精神保健福祉センター所長 田辺 等 氏

申込・問合せ 保健推進課 ☎72-3124

✉hokens@city.ishikari.hokkaido.jp

