

☆婴幼儿健康检查·讲座☆

① 请参加所居住地区的婴幼儿健康检查·讲座。
根据所住地区的不同上田市内分5个会场进行婴幼儿健康检查·讲座。
具体的日程请看以下介绍里的相关页面。

【上田地区】 请查看3～4页

分以下3会场（地点）进行婴幼儿健康成长检查·讲座。

- ①ひとまちげんき・健康プラザうえだ1楼的健診大厅
- ②塩田地域自治中心（塩田公民館）
- ③川西地域自治中心（川西公民館）

※ 自己所住地区具体应该去哪个会场，请查看第2页。

【丸子地区】 请查看第5页
会场：丸子保健中心

【真田地区】 请查看第6页
会场：真田保健中心



②婴幼儿健康成长检查不向个人单独发通知。

婴幼儿健康成长检查（日语简称它 健診）的日程等在每月16日发行的、分发到各户的上田广报上刊登，在市HP也有登载。有不明白之处请询问。

③要在小孩和大人的健康状态都良好时来会场参加检查·讲座。

- i 当健康状不好时，来了也会由于途中的劳累，身体状况变得更坏。
- ii 患有要感染病时，有传给其他人的危险性，当有热度、咳嗽、呕吐、拉肚子等症状时，还有有患流行性感冒可能性时，要等健康状态都好转后、再来会场参加婴幼儿健康成长检查·讲座。

④指定对象的健診日子不能来时，请一定向所在的地区保健中心联系

如没有联系、指定日没有看到人来时，会打电话确认情况的。

⑤注意不能在幼儿健康成长检查的会场，随便地进行饮食

在幼儿健康成长检查的会场、除了喂奶和水分的补充以外，请不要进行其它的饮食。
还有要进行牙科健康检查的时候。

★健康咨询的指南★

会场地点	服务的日程和时间
ひとまちげんき・健康プラザうえだ（健康相談室） TEL0268-23-8244	周一～周五 9:00～16:00
塩田地域自治中心（塩田公民館） TEL 0268-38-3000	每月第一、三周的星期一
川西地域自治中心（川西公民館） TEL0268-75-5840	每月第一、三周的星期四 9:30～11:00
豊殿地域自治中心（农村环境改善中心） TEL0268-35-2939	每月第一、三周的星期二 9:30～11:00

- 各地区的保健师、护士、营养师，能对小孩的身长、体重进行测量，也可以进行育儿等相关的咨询。
- 也进行成人的血压测定、有关饮食、健康的咨询。

不要有顾虑，各会场都欢迎大家利用！

会场地点	日程和时间
丸子保健中心（育儿乐园） TEL0268-42-1117	每月一次 9:30～11:00 ※具体请阅读第五页的育儿乐园刊载的情报。
真田保健中心 TEL0268-72-9007	每月一次 9:30～10:30 ※具体服务的日，请用电话确认。
武石健康中心 TEL0268-85-2067	随时 ※来前请电话联系请要确认后再出发。

※周六周日・国定假日、年初年末（12月29日～1月3日）休息