

**保健センター健康相談**

※会場はいつでも保健センターです。

●乳幼児健康相談 予約不要

乳幼児の身体測定、育児・栄養相談などに応じます。  
期日/7月25日(月) 受付時間/午前9時15分～10時15分  
※込み合いますので、0歳児は早めにお越しください。

●成人健康相談

期日/7月4日(月) 受付時間/午後1時30分～2時30分  
22日(金) 受付時間/午前9時30分～10時30分  
内容/生活習慣病予防に関する健康・栄養相談、骨密度測定、健診結果の見方などに保健師・栄養士が応じます。  
申し込み/事前に電話または直接、健康推進課へ

**プレママ学級 (妊婦教室)**

日時/7月15日(金) 午後1時10分～3時30分  
会場/保健センター  
内容/妊娠中の過ごし方、親と子の歯の健康について  
持ち物/母子健康手帳、手鏡、タオル、歯ブラシ、筆記用具

**7月の健康診査・予防接種**

会場/保健センター ★印は、健康相談と同時に実施します。  
※健診の問い合わせは、当日の午前中までに健康推進課へ

名称	実施日…	対象(誕生日)	受付時間	持ち物
●赤ちゃんセミナー (平成23年3月生まれ)	5日(火)… 19日(火)…	1日～15日生まれ 16日～末日生まれ	午後1時00分 ～1時20分	母子健康手帳
●6カ月児健康診査 (平成22年12月生まれ)	6日(水)… 20日(水)…	1日～15日生まれ 16日～末日生まれ	午後1時15分 ～2時00分	母子健康手帳、アンケート
●1歳6カ月児健康診査 (平成21年12月生まれ)	12日(火)… 26日(火)…	1日～15日生まれ 16日～末日生まれ	午後1時15分 ～2時00分	母子健康手帳、アンケート
●2歳児健康相談 (平成21年6月生まれ) ★歯みがき指導	19日(火)…	生まれた日による 区分はありません	午前9時30分 ～10時30分	母子健康手帳、歯ブラシ、タオル
●3歳児健康診査 (平成20年6月生まれ)	13日(水)… 27日(水)…	1日～15日生まれ 16日～末日生まれ	午後1時15分 ～2時00分	母子健康手帳、3歳児健康診査アンケート、尿
●定期予防接種(BCG) (平成23年生まれ)	7日(木)… 22日(金)…	3月16日～末日生まれ 4月1日～15日生まれ	午後1時30分 ～1時50分	母子健康手帳、予診票 ※左記の対象者の他、生後6カ月未満の未接種者も接種できます。

**御殿場健康福祉センター 7月の各種相談**

- エイズ検査、肝炎検査 電話予約制・匿名  
日時/7月7日(木) 午前9時30分～11時30分  
申し込み・問い合わせ/医療健康課☎(82)1224
- 精神保健福祉総合相談 電話予約制  
日時/7月25日(月) 午後1時30分～3時30分  
内容/精神障がい者の適正医療、社会復帰・ノイローゼなどに関する相談  
申し込み・問い合わせ/福祉課☎(82)1222
- 食品衛生相談  
日時/毎週月曜日 午前9時～正午、午後1時～4時  
問い合わせ/衛生業務課☎(82)1223
- 飼えなくなった犬・ねこの引き取り  
日時/7月7日(木)・21日(木) 午後1時30分～2時  
手数料/  
○生後90日を超える犬・ねこ…1頭につき2,000円  
○生後90日以下の犬・ねこ…1頭につき400円  
持ち物/保険証等本人確認書類、犬の場合は愛犬手帳  
問い合わせ/衛生業務課☎(82)1223  
※会場はいつでも御殿場健康福祉センターです。

**情報ひろば**

**市民伝言板**

**ひきこもり個別相談会開催**

日時/偶数月の第2金曜日 午後1時30分～3時30分  
会場/御殿場健康福祉センター(電)内容/学校を卒業したが仕事に就かず、ずっと家の中にいる・昼夜逆転の生活で、夜になるとコンビニへ出掛けるなどのひきこもり問題への個別相談  
対象/6カ月以上ひきこもりの状態にある18歳以上の子どもを持つ家族または本人  
参加料/無料  
申し込み・問い合わせ/前日までに電話で、御殿場健康福祉センター☎(82)1222へ  
※右記の日程以外でも相談を受け付けますので、ご相談下さい。

**東日本大震災で被害を受けた人へ税金関係のお知らせです**

大震災により被害を受けた人は、所得税の軽減・免除が受けられ、税務署で手続きを行うことで所得税が還付となる場合があります。  
そのほか、源泉所得税の徴収猶予や還付、廃車となった自動車の自動車重量税の還付などの特例があります。  
詳しくは、最寄りの税務署にお問い合わせいただくか、国税庁のホームページをご覧ください。  
※3月15日に発生した、県東部の地

震による災害も特例措置の対象に含まれます。  
問い合わせ/沼津税務署☎055(922)1560

**御殿場・小山健康づくり推進研究会公開講座「200キロカロリーの運動をしよう」開催**

申し込みは不要です。直接会場へお越しください。  
日時/6月18日(土) 午後1時30分  
会場/市民交流センター「ふじざくら」第3・4会議室  
参加料/1,000円  
※運動のできる服装でお越しください。  
問い合わせ/富士小山病院 土屋☎(78)12000

**「歌うクリニック教室」参加者募集**

日時/6月22日(水) 午後1時30分  
会場/市民交流センター「ふじざくら」内容/「歌うこと」が口腔ケアになる「をテーマとした講演や、プロと同じ習得法による、新曲の習得実践講座など  
参加料/300円(教材費含む)  
申し込み・問い合わせ/旅カラオケ歌謡教室 栗瀬☎(89)3942

**東京電力からご家庭での節電のお願い**

皆さまには、ご不便とご迷惑をおかけいたしますが、ご家庭での夏(7月から9月)の平日午前9時から午後8時までの使用電力15%削減に向

けて、節電への協力をお願いいたします。

**具体的な節電対策**

- ①エアコン・冷蔵庫の使用を工夫する  
夏の日中(午後2時頃)の電力消費の約4分の3を占めるのはエアコンと冷蔵庫となります。使用方法の工夫をお願いいたします。  
エアコン:室温は28℃を目安に高めの設定温度にしてください。  
冷蔵庫:設定の温度が「強」の場合「中」に変え、詰め込みすぎに注意し、扉の開け閉めは短く、小さくしていただきますようお願いいたします。  
※エアコンの控えすぎによる熱中症などにご注意いただき、無理のない範囲で節電への協力をお願いいたします。
  - ②消費電力の大きい電気製品の日中(午前9時～午後8時)使用を避ける  
電気ポットや洗濯乾燥機(乾燥)など、消費電力の大きい電気製品は日中のご使用をお控えください。  
※その他、節電方法や夏を涼しく過ごす工夫  
▼長時間使用しない機器についてはコンセントからプラグを抜いていただきますようお願いいたします。  
▼緑のカーテンを育てる等、日射を遮る効果を活用していただきますようお願いいたします。
- お問い合わせ/東京電力(株)三島支社☎055(915)6050

**右脳 幼児教室** 集中力・記憶力を育てる

先陣ママのインタビュー  
七田OBの近況報告  
知育ソング無料ダウンロード  
実際のレッスン動画フラッシュカード知育遊び等  
パパも来てね!  
あなたはどんなママ? 親子関係診断テスト

七田チャイルドアカデミー 裾野教室  
**無料体験レッスン**  
6/20(日) 7/3(日) AM10:00～PM13:30～  
☎055(993)0110  
★日・祝・夜も受付中! お電話は今すぐ! ※要予約  
静岡県裾野市麦塚 20-2 20台まで駐車可  
マックスパリュ東 150m 七田 検索

七田のサイトは子育て情報満載!

お電話1本 **無料**ギフトカタログお届け致します! 本店 ギフトの事なら何でもお任せ下さい  
☎0120-08-2700

↓カタログ請求  
お子様の写真メール送信  
生後2か月以上～小学校低学年のお子様にはHPアルバム掲載♪ My♪ポストカード3枚プレゼント♪

チラシ掲載! 赤ちゃん募集!  
お祝いもの  
お得な割引表付きカタログ

**出産 快気 お中元**  
**ブライダル 上棟・新築 法要・初盆**

無料  
カレンダー+ポストカード  
たかやなぎ 本店 川島田638(森の腰商店街内)  
☎82-0827

有料広告