

↘⑪電話または母子手帳アプリ 「ひまわりっこ」から

過子ども健康課(☎656-0532 £3656-0514)

## 生活習慣病予防出前講座を ご利用ください

糖尿病などの生活習 慣病を予防するため、保 健師、管理栄養士、健康



運動指導士が地域に出向いて健康 教室を開催します。

■原則、土・日・祝日を除く希望 日の10:00~15:00(1講座あ たり30分~1時間程度)

場市内(会場の確保は依頼者側で お願いします) 動市内在住・在勤・ 在学の5人以上のグループ

●講座開催希望日の1カ月前まで に、電話または直接、健康長寿課へ 過健康長寿課(☎621-5521

£3655-6560)

## 20・30 歳代の健康チェック

1年に1回、自身の健康状態を 知り、生活習慣を振り返りましょ う。健診を受ける機会のない、20 ~39歳の市民を対象に、自己血糖 測定などの健康チェックを実施し

●6月25日炒9:30~14:30 (1人30分程度)

- ⅓ふれあい健康館
- ●電子申請または電話 で健康長寿課へ
- 圖健康長寿課(☎621-5521 £3655-6560)

### 無料歯科健診

歯周病などの口腔内健診を無料 で行います。

●6月1日(回~8月31日(回)(歯科 医院の休診日は除く) 場徳島市歯 科医師会会員の歯科医院の受診日 に徳島市国民健康保険に加入して いる人(0~74歳の人)₩健診期 間内1回のみ無料※ただし治療を 必要とする場合は一部自己負担金 が必要。學被保険者証、マイナ保険 証、資格確認書のうちいずれか1

●受診したい歯科医院 へ直接、電話予約

圖保険年金課(☎621-5159 FXX655-9286)

## 献血にご協力を

市役所1階正面玄関前に献血バ スが参りますので、献血にご協力 をお願いいたします。

●6月3日炒9:30~11:30・ 13:00~16:30匈男性17~69 歳、女性18~69歳※65歳以上の 人は性別問わず、60~64歳の間 に献血の経験のある人に限る。

◆献血ルームでも受け付け

[受付時間]9:30~13:00、 14:00~17:00 (成分献血は 16:00まで)

[定休日]毎月第1・3火曜日

場献血ルームアミコ(徳島駅前ア ミコビル 3階)

◎徳島県赤十字血液センター

**(120-688-994)** 

# 6月の 無料相談

市内在住の人などを対象 に、さまざまなお悩みや疑問 にお答えする無料の相談窓□ があります。



■生活の相談 ■こころの相談 ■からだの相談()内は対象

# 暮らしの相談(市内在住の人)

◆市民生活相談課(市役所 1 階) **☎**621-5200·5129 **№**621-5128 弁護士相談(注1) 毎週水・金曜 13:00~16:00 司法書士相談 10:00~12:00 毎週月・水・金曜 13:00~16:00 公証人相談 17日(火) 10:00~12:00 行政書士相談 毎週火曜 社会保険労務士相談(年金相談) 12日(木) 13:00~16:00 土地家屋調査士相談 5 日休)・19日休) 10:00~12:00 12日(木) 10:00~12:00 不動産相談 13:00~16:00 24日(火) 住まいづくり相談 10:00~13:00 26日(木) 行政相談委員相談(注2) 2 日(月) 13:00~15:00 交通事故相談 9:00~15:30 毎週月・水・金曜 8:30~17:00 心配ごと相談(家庭の悩みなど) 毎週月~金曜

※いずれの相談も祝日は休みます。

(注1)弁護士相談は予約制です。お電話または来庁にてご予約ください。

(注2) 行政相談委員相談は6月18日例13:00~15:00にふれあい健康館でも実施。

## 女と男生き方相談(市内在住・在勤・在学の人)

◆男女共同参画センター(アミコビル4階) ☎624-2613 ®624-2612

一般相談・カウンセリング [電話・面談(要予約)]	10:00〜18:00   (受け付けは17:00まで)   [休]  日曜、火曜、祝日、年末年始		
夜間相談	4 · 11 · 18⊟(水)	18:00~20:00	
[電話、面談ともに前日までに要予約]	6・13・20日金	10.00~20.00	

※無料託児あり(1歳~就学前)。3日前までに要予約

# 人権相談(市内在住の人)

◆人権推進課相談室(市役所2階) ☎621-5040·5169 №655-7758 人権擁護委員による人権相談 3 · 17⊟(火) 13:30~16:00

#### 消費生活相談(徳島市、石井町、神山町、佐那河内村内在住の人)

◆消費生活センター(アミコビル3階) ☎625-2326 №625-2365

商品購入やサービス利用に伴う 10:00~17:00 トラブル相談 [休] 火曜、祝日、年末年始

# からだの相談(市内在住の人)※要予約

◆健康長寿課 ☎621-5521 ㎞655-6560

■医師による相談(ふれあい健康館)

健康相談·COPD予防相談· 禁煙支援相談	10日(火)	13:00~15:00
もの忘れ予防相談	18⊟饿	9:30~11:30
歯科医師相談	19日休)	13:00~15:00
糖尿病予防相談	25日(水)	14:30~16:30

※相談時間は1人30分程度。

#### ■保健師による相談(ふれあい健康館もしくは市役所)

健康相談 毎週月~金 9:00~12:00   [休] 祝日、年末年始 13:00~16:00
---

#### ■管理栄養士による相談(ふれあい健康館もしくは市役所)

<b>兴美</b> 扫钬	毎週月~金	9:00~12:00
栄養相談	[休] 祝日、年末年始	13:00~16:00

#### ■健康運動指導士による相談(ふれあい健康館もしくは市役所)

運動相談	毎週月~金 「休」祝日、年末年始	9:00~12:00 13:00~15:00



親子で楽しめる多彩なイベントを開催。 相談業務も随時受け付けています ので、ぜひお越しください。

詳しくは市HPをご確認ください。 直接策

- ■親子ふれあいプラザ、子育て安心ステーション 過子育て支援課(☎621-5192 ∞655-0380) ■在宅育児家庭相談室
- 過子ども保育課(☎621-5195 風621-5036)

在 宅 育 児 家 庭 相 談 室



在宅育児家庭相談室は、徳島市内の保育所内に設置されています! (全9カ所) 子育てに関する相談を随時受け付けていますので、ぜひお気軽にご利用ください♪

不動在宅育児家庭相談室 「ほっとルーム不動」

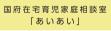
勝占在宅育児家庭相談室 「ほっぺ」

津田在宅育児家庭相談室 「あっぷ」









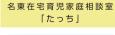
城西在宅育児家庭相談室 「わおん」

丈六在宅育児家庭相談室









北井上在宅育児家庭相談室 「たんたん」

富田在宅育児家庭相談室 [ぽっぽ]







子育て関連のイベントも随時開催♪

詳しくは市HPから利用を希望する相談室のページをご確認く ださい。

