

## 3月の親子教室・健康相談 完全予約制

内 容	開催日・当日の受付時間・開催場所	対 象	圏
よい歯づくり講座	6(月)9:00~9:30 所中央保健福祉センター	1~3歳児とその保護者 (保護者のみの参加も可)	中
	17(金)13:00~13:30 所北保健福祉センター		北
	24(金)13:00~13:30 所南保健福祉センター		南
フッ素塗布 [有料] ※バスタオルを持参してください。	6(月)13:00~14:00 所中央保健福祉センター	よい歯づくり講座を受けた 1~3歳児	中
	17(金)14:00~15:00 所北保健福祉センター		北
	24(金)14:00~15:00 所南保健福祉センター		南
パパママセミナー ※3月1日(水)8:30から 予約開始(申込順)。	18(土)9:00~9:30 所北保健福祉センター	妊娠5~8カ月 (16~31週)の妊婦とその夫	北
赤ちゃん教室	16(木)9:00~9:30 所西保健福祉センター	4~6カ月児とその保護者	西
乳幼児健康相談	個別に対応しています。お住まいの地区の保健福祉センターへ連絡してください。		

- ◎4カ月児・1歳6カ月児(1歳6~8カ月児)・3歳児(3歳7~8カ月児)健康診査は個別に通知します。
- ※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、お住まいの地区ではない保健福祉センターを案内することがあります。
- ◎保健福祉センターは、「子育て世代包括支援センター」の役割を担っています。気軽に相談してください。
- ◎パパママセミナーは、オンライン開催や内容が変更となる場合があります。最新情報を市ホームページ(☎1004530)で確認の上、申し込んでください。

### 問い合わせ先一覧

中…中央保健福祉センター(星井町二丁目)	☎422-1172
南…南保健福祉センター(蜷川)	☎428-1156
北…北保健福祉センター(岩瀬文化町)	☎426-0050
大…大沢野保健福祉センター(高内)	☎467-5812
大…大山保健福祉センター(上滝)	☎483-1727
八…八尾保健福祉センター(八尾町福島)	☎455-2474
西…西保健福祉センター(婦中町羽根)	☎469-0770



## 診 察 室 か ら

お答えします

市民病院 脳神経外科部長 もうりまさなお 毛利正直

Q.先日、脳ドックを受けて未破裂脳動脈瘤と診断されましたが、開頭手術をしなければならないのでしょうか。

A.脳動脈瘤の治療方法には、開頭手術以外にも方法があるので専門医のいる医療機関を受診してください。

未破裂脳動脈瘤は破裂すると、くも膜下出血を発症します。脳ドックなどで未破裂脳動脈瘤が発見された場合、患者さんの年齢・健康状態、脳動脈瘤の大きさや発生部位・形状などから、破裂する危険性を考えて治療方法を決定していきます。

手術方法としては、開頭手術と、カテーテルを使用した脳血管内治療がありますが、手術を行わずに経過観察を行った方が良い場合もあります。脳卒中の専門医がいる医療機関を受診し、相談されることをお勧めします。

市民病院事業局経営管理課 ☎422-1112

## 3月のまちなか健幸カレッジ

場所/まちなか総合ケアセンター(総曲輪四丁目)

◆ふれあい健康講座 ※費用・申込不要。

時間/13:30~14:00

講師/市民病院・まちなか病院の医師、看護師、管理栄養士など

▶中止の可能性があるため、事前に問い合わせてください。

開催日	テーマ
1(水)	知っておきたい葉のお話
2(木)	糖尿病の種類について
6(月)	断乳と卒乳ってなあに? ~離乳食とおやつを知ろう~
7(火)	インフルエンザにかからない! ~うつさないための感染対策~
8(水)	日常のスキンケア ~オムツ(失禁パット)まわり~
9(木)	今日からできる減塩の食事
13(月)	心臓・肺の働きと運動療法
14(火)	フットケア ~足からの健康~
15(水)	むくみのケアについて
16(木)	放射線の検査について
20(月)	オーラルフレイルについて ~体のおとろえは口から始まる~
22(水)	ママと赤ちゃんのための産後エクササイズ ※参加希望の方は、事前に電話で連絡してください。
23(木)	認知症の初期症状

※マスクの着用をお願いします。

※来場多数の場合、参加できないことがあります。

市民病院ふれあい健康講座担当 ☎422-1112

◆まちなか保健室 ※費用・申込不要。

●個別相談 毎週(金)13:00~14:00

健康、子育て、介護などに関する相談

●ミニ講座 14:00~15:00

開催日	テーマ
3(金)	産後ケア応援室の見学と交流(妊婦の方対象)
10(金)	オモシロ問題で楽しく脳活 講師 富山いきいき脳トレクラブ
17(金)	ノルディックエクササイズを体験しよう 講師 下霜美智子さん(ノルディックエクササイズ指導員) ※運動できる服・靴で、タオルと飲み物を持参してください。
24(金)	がん体験者のお話と交流&体に優しい食生活 講師 西田恵子さん(プリズムとやま) 橋本悦子さん(栄養士)

市民病院まちなか総合ケアセンター ☎461-3618