

**年金・労務相談**  
10/4(水)  
AM9:00~PM1:00  
福祉健康センター「すこやか」  
相談員▶乾 滋

**問** 社会福祉協議会 ☎88-1177

**人権相談**  
9/20(水)・10/4(水)  
AM9:00~PM1:00  
教育会館 蘭・桜の間  
相談員▶人権擁護委員

**問** 福井地方方法務局大野支局内  
大野人権擁護委員協議会 ☎66-2249

**外国人に関する無料相談**  
9/24(日)は都合により  
お休みいたします。  
相談員▶福井県行政書士会  
行政書士 朝井輝夫

**問** 朝井輝夫 ☎88-3312

**社会保険相談**  
9/28(木)・10/12(木)  
AM10:00~PM4:00  
勝山商工会議所 ☎88-0463  
相談員▶福井社会保険事務所職員

**問** 福井社会保険事務所 ☎0776-23-1002

**行政相談**  
9/20(水)  
AM9:00~PM1:00  
教育会館 蘭・桜の間  
相談員▶深谷久枝・仲谷則雄

**問** 福井行政評価事務所 ☎0776-24-0403

**女性相談**  
毎週金曜日  
AM9:00~PM5:15  
奥越健康福祉センター 勝山庁舎  
相談員▶奥越健康福祉センター相談員

**問** 奥越健康福祉センター  
勝山庁舎 ☎88-0359

**児童相談**  
毎週月~金曜日  
AM8:30~PM4:45  
福祉健康センター「すこやか」  
※県総合福祉相談所による専門的な相談  
毎月 第3火曜日(要予約)

**問** 家庭児童相談室(直通) ☎87-0777

**福井県消費生活相談**  
9/22(金)・10/6(金)  
AM9:00~PM5:00  
勝山市役所 相談室  
相談員▶福井県消費生活センター相談員  
※なお、市消費生活相談は随時行っています

**問** 消費者センター (☎内線264)

**法律相談(要予約)**  
9/20(水) AM9:30~12:30  
9/27(水) AM9:00~PM1:00  
10/11(水) PM1:30~4:30  
福祉健康センター「すこやか」  
相談員▶北川 稔、井上 毅

**問** 社会福祉協議会 ☎88-1177

**結婚相談**  
毎週木曜日  
第1・3木曜日PM1:00~5:00  
第2・4木曜日PM6:00~9:00  
福祉健康センター「すこやか」

**問** 結婚相談室(直通) ☎87-6150

**補聴器相談**  
9/25(月)・10/16(月)  
AM9:30~12:00  
福祉健康センター「すこやか」

**問** 福祉・児童課社会福祉G (☎内線123)

**心のケア相談**  
毎週月~金曜日  
AM9:00~PM5:00  
夜間相談=毎週水曜日(要予約)  
PM6:00~8:00  
福祉健康センター「すこやか」

**問** 社会福祉協議会 ☎88-1177

**育児不安解消サポート教室**  
『お日さま広場』  
9/27(水) PM1:30~3:30  
奥越健康福祉センター勝山庁舎

**問** 奥越健康福祉センター  
勝山庁舎 ☎88-0359

**工友相談血液検査実施**  
第2・4月曜日  
PM1:00~2:30  
奥越健康福祉センター 勝山庁舎

**問** 奥越健康福祉センター  
勝山庁舎 ☎88-0359

**子育て支援相談**  
毎週月~木曜日  
AM9:00~PM4:00  
市子どもセンター(旧西幼稚園)青少年室

**問** 市子どもセンター 青少年室 ☎87-0101

ヤングテレホン ☎88-1004

**定例相談(無料相談)**  
相談員▶敬称略

# すこやか健康ガイド

福祉健康センター「すこやか」では、母子や成人を対象に各種事業を実施しています。お気軽にご参加・ご利用ください。

**赤ちゃん**

**1歳半児健康診査**  
(平成17年3月生まれ)  
10月6日(金)  
PM1:00~2:00  
集団健診室

**3歳児健康診査**  
(平成15年9月生まれ)  
10月13日(金)  
PM1:00~2:00  
集団健診室

**もぐもぐごっくん教室(離乳食教室)**  
9月26日(火)  
10月17日(火)  
AM10:00~11:30  
集団健診室、栄養指導実習室  
簡単な調理実習があります。

**1~2か月子育て教室**  
9月25日(月)  
10月16日(月)  
AM10:00~11:30  
集団健診室  
・身体測定  
・子育てについてグループワーク  
・発達・育児の話

**母子クリニック**  
10月20日(金)  
PM1:00~2:00  
集団健診室  
・身長、体重測定  
・小児科医師および保健師による育児相談(乳幼児)  
※医師による育児相談は要予約

**子育て講座**  
PM1:00~  
多目的ホール  
親子のふれあいコーナー

**すこやか健康相談**  
毎週水曜日  
AM9:00~11:30  
集団健診室  
健診結果の相談、体や心の心配、食事や運動、生活習慣病、ストレスなど、個別に相談を受け付けています。お気軽にご相談ください。

**すこやか健康講座**  
9月20日(水)  
PM1:30~3:00  
集団健診室  
「ストレス予防とこころの健康」  
講師：松原病院 大滝先生  
ホッとサポートふくい 持田先生

10月18日(水)  
PM1:30~3:00  
メタボリックシンドローム

**成人**

**すこやか長寿クッキング**  
9月28日(木)  
10月12日(木)  
AM10:00~12:00  
栄養指導実習室  
旬の食材で手軽にできる家庭料理をご紹介します。栄養バランスが良いので、健康になれるヒントがいっぱいの料理教室です。  
※要予約

**毎月21日は健康の日**

お申し込み・お問い合わせ  
勝山市福祉健康センター「すこやか」内  
健康長寿課 健康増進グループ  
勝山市郡町1丁目1-50 直通電話(☎87-0888)

**アニメ上映会** PM1:30~  
10月8日(日)

**ブックスタート** AM10:30~  
-乳児対象 絵本のよみきかせ会-  
9月22日(金)

**絵本の森(よみきかせ会)** PM2:00~  
9月16日(土)・9月23日(土)  
9月30日(土)・10月7日(土)

**おはなしでてこい** PM2:00~  
10月14日(土)

**あそびの城**  
絵本の森・ゲームとクラフト  
9月16日(土) PM2:00~  
ほっとする部屋  
9月21日(木) PM4:30~  
絵本と手品のついで-K&Dヒーロー-  
9月24日(日) PM2:00~

勝山市立図書館 ☎88-6000  
http://tosyokan.city.katsuyama.fukui.jp/

**図書新着情報**

おれはレオ 佐々木 マキ 作	オシムの言葉 木村 元彦 著	中学生からの勉強法 小河 勝 共著	影ぼっこ フレックス・サンドラル 文	おならうた 谷川 俊太郎 原詩	ぼっし トミー・ウンゲラー 作
沖縄戦・渡嘉敷島 「集団自決」の真実 曾野 綾子 著	確実に上達する バドミントン 喜多 努 著	台風学入門 村山 貢司 著	抱きしめよう、 わが子のぜんぶ 佐々木 正美 著	団塊世代の余暇革新 瀬沼 克彰 著	中世伊勢神宮史の研究 平泉 隆房 著

一般図書

**健康診査**

場所	月日	受付時間	肺がん	基本健診	胃・大腸	子宮・乳
福祉健康センター「すこやか」	9/29(金)	AM 8:30~10:30	●	●	●	
	10/ 5(木)	AM 8:30~10:30	●	●	●	
鹿谷公民館	10/10(火)	AM 8:30~10:30	●	●	●	
		PM 1:30~ 2:00				●
遅羽公民館	10/17(火)	AM 8:30~10:30	●	●	●	

**1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後はクスリ**  
~良い生活習慣は、新持ちがいい!~

生活習慣病とは、毎日のよくない生活習慣の積み重ねから引き起こされる病気です。日本人の60%以上が、生活習慣病が原因で死亡しているといわれています。生活習慣病の中でも、特に「肥満」「高血圧」「高脂血」「糖尿病」は「死の四重奏」と呼ばれています。これらの生活習慣病は、初期段階では自覚症状が出にくいものもあり、気がつかずに放っておくと心筋梗塞や脳梗塞などを引き起こし、死につながることもあります。生活習慣病は、運動や食事、禁煙など日々の生活習慣を見直すことで予防できます。

9月は健康増進普及月間です。

**平成18年度秋期 ポリオ(急性灰白髄炎) 予防接種のお知らせ**

ポリオ予防接種を次のとおり実施しますので、2回接種していないかたは、この機会に接種してください。

**対象者**▶平成11年5月1日~平成18年7月31日生まれ

**ところ**▶福祉健康センター「すこやか」

**とき**▶11月1日(水) 午後1:30~2:30  
11月2日(木) 午後1:30~2:30  
11月9日(木) 午後1:30~2:00

**問** 健康長寿課健康増進G(☎87-0888)

**出前健康講座**

保健師・栄養士による健康教室を無料で実施します。少人数のグループから利用可能ですのでお気軽にお問い合わせください。また、その他健康づくりに関する講師のご紹介もします。

**福祉健康センター「すこやか」では、あなたの健康づくりを応援します!!**

すこやか(健康長寿課)には、保健師、看護師、栄養士がおりさまざまな健康づくり事業を実施しています。生活習慣を見直し「からだに良い事の一つ」してみませんか?