



健康こうた21計画推進
マスコットキャラクター
ずこびー

健康インフォメーション

Health Information



★☆☆ 11月の保健センター 行事・健診 ☆☆☆

	日／曜	受付時間	備考
離乳食後期講習会 (かみかみクラス)	4日㊥	午後1時～1時30分	対象：生後8～10か月児の保護者 内容：離乳食についての講話 託児：申込み10月25日㊥～10月29日㊥ 定員12人 *先着順
4か月児健診 (令和3年6月28日～7月19日生)	25日㊥	郵送される個別通知をご確認ください。	内容：身体測定、内科健診、個別相談
10か月児健診 (令和2年12月8日～令和3年1月7日生)	9日㊤	郵送される個別通知をご確認ください。	内容：身体測定、内科健診、個別相談
1歳6か月児健診 (令和2年3月10日～4月7日生)	16日㊤	郵送される個別通知をご確認ください。	内容：身体測定、内科・歯科健診、 フッ化物塗布、個別相談
2歳児歯科健診 (令和元年6月26日～8月2日生)	1日㊥	郵送される個別通知をご確認ください。	内容：歯科健診、歯みがき指導、 フッ化物塗布、個別相談
3歳児健診 11日(平成30年5月21日～6月13日生) 30日(平成30年6月14日～7月4日生)	11日㊥ 30日㊤	郵送される個別通知をご確認ください。	内容：尿検査、身体測定、内科・歯科 健診、フッ化物塗布、個別相談

*新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、日程、内容などが変更になる場合がありますので、ご了承ください。

*対象者については、健診実施状況により変更となる場合があります。詳細は町ホームページ、郵送される個別通知をご覧ください。

★☆☆ 11月の保健センター 相談 ☆☆☆

	日／曜	受付時間	備考
母子健康手帳交付	1日㊥ 8日㊥ 15日㊥ 22日㊥ 29日㊥	午前9時45分～10時	時間：午前10時～正午 内容：母子健康手帳交付説明会、健診受診票交付、 妊娠中の生活の話、個別相談など 持ち物：妊娠届出書 裏面に記載してある持ち物をご持参ください。 そのほか：都合の悪い人、外国籍の人は、ご連絡ください。
こんにちは 赤ちゃん訪問		随時	対象：生後4か月未満の赤ちゃんのいる全家庭 内容：赤ちゃん訪問員(地域の先輩ママ)による、地域の子育て情報の提供・ 絵本のプレゼント・心配や困っていることなどの聴取。(心配事には、 後で保健師などが連絡し、相談に応じます。) *事前に電話連絡有(電話番号が分からない場合は、直接伺う場合もあります)。転入な どで赤ちゃん訪問連絡票を出されていない人は、電話連絡をお願いします。
助産師などによる 新生児等訪問相談		随時(電話予約が必要です)	対象：生後2か月未満の母子 内容：助産師または保健師の家庭訪問による個別相談、母乳に関する悩み・ 授乳・育児・産後の体・生活、母の気持ちなどの相談・指導
母乳相談	18日㊥	午前10～11時	対象：生後3か月未満の母子(予約制) 内容：母乳授乳量測定、授乳相談
乳幼児健康相談	10日㊥	午前9時30分～11時	対象：乳幼児(電話予約が必要です) 内容：保健師・栄養士による、育児・健康相談
成人健康相談	25日㊥	午前9時30分～11時	健康に関すること全般(栄養相談も含む)

*各種相談は、電話でも随時受け付けています。必要時には、家庭訪問指導も行います。

*乳幼児健診、歯科健診、予防接種、母乳相談、乳幼児健康相談、離乳食講習会には、必ず母子健康手帳をお持ちください。

★☆☆ 予防接種を受けましょう ☆☆☆

対象者には10月下旬に接種券を郵送します。

予防接種の種類	接種期間	接種方法
ヒブ予防接種(初回接種) 令和3年9月生まれの人	生後2か月～5歳の誕生日前日	3回接種(ただし、1回目を接種する年齢によって接種回数が変わってきます。詳しくは、接種券に同封してある案内を参考にしてください)
ヒブ予防接種(追加接種) ヒブ初回予防接種を令和3年4月に接種した人 (ただし、1回目を1歳以上で接種した人は除く)	5歳の誕生日前日まで	1回接種
小児用肺炎球菌予防接種(初回・追加接種) 令和3年9月生まれの人	生後2か月～5歳の誕生日前日	4回接種(ただし、1回目を接種する年齢によって接種回数が変わってきます。詳しくは、接種券と同封してある案内を参考にしてください)
B型肝炎予防接種 令和3年9月生まれの人	生後2か月～1歳の誕生日前日	3回接種
四種混合予防接種(第1期初回) 令和3年8月生まれの人	生後3か月～7歳6か月の前日	20～56日の間隔で3回接種
四種混合予防接種(第1期追加) 1期初回3回目を令和2年11月に接種した人	7歳6か月の前日まで	1回接種
BCG予防接種 令和3年6月生まれの人	生後5か月～1歳の誕生日前日	1回接種
麻しん及び風しん混合第1期予防接種 令和2年11月生まれの人	1歳の誕生日～2歳の誕生日前日	1回接種
水痘予防接種 令和2年11月生まれの人	1歳の誕生日～3歳の誕生日前日	2回接種
日本脳炎予防接種(第1期初回) 平成30年11月生まれの人	3歳の誕生日～7歳6か月の前日	2回接種
二種混合第2期予防接種 平成22年11月生まれの人	11歳の誕生日～13歳の誕生日前日	1回接種 (接種の際は必ず保護者同伴でお出掛けください)
ロタ予防接種 令和3年9月生まれの人	1価(ロタリックス)は生後2か月～生後24週。5価(ロタテック)は生後2か月～32週	4週以上の間隔で、1価(ロタリックス)は2回接種。5価(ロタテック)は3回接種。
おたふくかぜ予防接種(任意接種) 令和2年11月生まれの人	1歳の誕生日～2歳の誕生日前日	1回接種

* 日本脳炎予防接種の第1期追加対象者(第1期初回2回目を令和2年11月に接種した人)および、日本脳炎第2期予防接種対象者(平成24年11月生まれの人)については、日本脳炎ワクチンの供給不足により、接種券の郵送時期を令和4年度に延期します。

* 勧奨接種時期を過ぎても定期接種と認められている期間内であれば、効果について問題はありません。大変ご不便をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

インフルエンザを予防しましょう

インフルエンザは、毎年12月上旬から流行が始まり、1月から3月にピークを迎えます。突然の高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などの症状がみられ、風邪に比べ全身症状が強いのが特徴です。

予防・治療について

- 流行前にインフルエンザワクチンの接種を受けましょう。12月中旬までに接種を済ませることをおすすめします。
- 咳などの症状がある場合は、マスクを着用するなど、周りの人にうつさないよう心掛けましょう。
- 外出後には、せっけんで手洗いをしましょう。
- 空気が乾燥するとインフルエンザにかかりやすくなるので、室内では加湿器などで適度な湿度を保つようにしましょう。

問合せ 健康課健康増進グループ(内線182) FAX62-8217