



健康インフォメーション

Health Information



★★★2月の保健センター 行事・健診★★★

	日/曜	受付時間	備考
離乳食前期講習会 (ごっくんクラス)	7日㊦	午後1時～1時30分	対象：令和5年9月～10月生まれの子を持つ保護者 内容：離乳食についての講話 申込み：1月29日㊦～2月2日㊦ 定員15人 *先着順
4か月児健診 1日(令和5年9月1日～9月30日生) 29日(令和5年10月1日～10月25日生)	1日㊦ 29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、絵本の紹介
10か月児健診 (令和5年3月6日～4月4日生)	8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、歯みがき相談
1歳6か月児健診 (令和4年7月8日～8月2日生)	27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3年11月18日～12月15日生)	20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 (令和2年10月29日～11月19日生)	6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

*対象者には、概ね健診日の1か月前に通知を郵送します。

*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。

★★★2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	5日㊦ 13日㊦ 19日㊦ 26日㊦	午前9時45分～10時	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お持ちください。 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）。 *電話連絡後に訪問（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	8日㊦	午前9時30分～10時30分	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	14日㊦	午前9時30分～11時	対象：乳幼児（予約不要です。受付時間内に自由にお越しください。） 内容：保健師・栄養士による、育児、健康相談
成人健康相談	22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1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
ロタ予防接種 令和5年12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。
B型肝炎予防接種 令和5年12月生まれの人	生後2か月～1歳の誕生日前日	3回接種
ヒブ予防接種(初回接種) 令和5年12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、接種券と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5年7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5年12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。)
四種混合予防接種(第1期初回) 令和5年12月生まれの人	生後2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5年2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5年9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5年2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5年2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) 令和3年2月生まれの人	3歳の誕生日～7歳6か月の前日	2回接種
日本脳炎予防接種(第1期追加) 1期初回2回目を令和5年2月に接種した人	7歳6か月の前日まで	1回接種
日本脳炎第2期予防接種 平成27年2月生まれの人	9歳の誕生日～13歳の誕生日前日	1回接種
二種混合第2期予防接種 平成25年2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)
おたふくかぜ予防接種(任意接種) 令和5年2月生まれの人	1歳の誕生日～2歳の誕生日前日	1回接種

お達者体操体験会

町では、住み慣れた地域でいつまでも元気で生活できるように「お達者体操」を広めています。元気で暮らすためには、身体と心が健康で、周囲の人と関わることが大切です。この体操は、継続することで転ばない体を作り、立ち上がりなどの動作を楽にできるようにするものです。

令和5年10月末時点で、「お達者体操」に取り組んでいるグループは、町内で9グループあり、50代から90代まで幅広い年齢の人が実施しています。体操の仲間とお付き合いにより、認知症予防の効果も期待できます。

あなたも「お達者体操」を体験してみませんか？

と き 2月27日㊤ 午前9時30分から11時30分

と ころ 中央公民館ホール

内 容 お達者体操の体験会 *椅子に座ってできる体操です。

対 象 町内在住の人

定 員 50人 *先着順

講 師 岡崎市医師会 運動指導士

参加費 無料

そのほか 簡単な体操を行いますので、動きやすい服装で飲み物を持参してご参加ください。

申込み 2月20日㊤までに福祉課包括ケアグループ(内線154)へお申し込みください。 FAX56-6218

