

年3月31日までの出生者  
接種方法 3種混合は3～8週の間隔で3回接種します/2種混合(百日せきにかかったかた)は、4～6週の間隔で2回接種します/通知書に同封の指定医療機関に予約して受けてください。

通知 7月末までに郵送します。  
麻しん予防接種  
接種期間 1歳の誕生日～平成18年3月31日  
対象者 平成16年8月1日から同年8月31日までの出生者  
接種方法 通知書に同封の指定医療機関に予約して受けてください。  
通知 7月末までに郵送します。

風しん予防接種  
接種期間 平成17年8月1日～平成18年2月28日  
対象者 平成16年5月1日から同年7月31日までの出生者  
接種方法 通知書に同封の指定医療機関に予約して受けてください。  
通知 7月末までに郵送します。  
BCG予防接種  
接種日 8月10日(水)、23日(火)  
午後1時15分～2時15分  
ところ 保健センター  
対象者 平成17年4月1日から同年4月30日までの出生者/平成17年2月11日から同年3月31日までの6か月未満の未接種者  
通知 7月中旬に郵送します。  
問合せ 保健環境課健康係(内線184)

### 難病相談

ところ 岡崎市医師会公衆衛生センター  
内容 相談医師(専門別)による個別相談  
8月の日程  
神経内科系  
とき 8月5日(金) 午後2時～4時  
対象疾患 パーキンソン病、筋萎縮性側索硬化症など  
骨・関節系  
とき 8月20日(土) 午前9時～11時  
対象疾患 後縦靭帯骨化症、そのほか関節の疾患など  
問合せ 岡崎市医師会難病相談室(医師会館1階) ☎ 52 - 3526

## 8月の保健センター行事

☎62-1111<内線184>  
☎62-8158(直通)

### 行事

	日/曜	受付時間	備 考
離乳食講習会	9(火)	午後1時～1時30分	対象：生後2～3か月児の母 内容：離乳食の作り方・試食
誰でもできる健康体操	12(金) 19(金) 26(金)	午前10時～11時30分	会場が横落コミュニティホームに変更となります。初心者向けで効果的な歩き方や健康により姿勢を学びます。

### 健 診

4か月児健診 (17年4月生)	26(金)	午後1時～2時 (集団の話 1時～1時15分)	内容：身体測定、内科健診、集団の話、個別相談、絵本の読み聞かせ
10か月児健診 (16年9月16生) (～10月15日生)	25(木)	午後1時～2時 (集団の話 1時～1時15分)	内容：身体測定、内科健診、集団の話、個別相談
1歳6か月児健診 (16年1月生)	4(木)	午後1時～2時 (集団の話 1時～1時15分)	内容：身体測定、内科・歯科健診、集団の話、個別相談、フッ素塗布
2歳児歯科健診 (15年7月生の幼児) (および、その保護者)	2(火)	午後12時45分～1時15分 (集団の話 1時～1時30分)	内容：歯科検診、歯みがき指導、フッ素塗布、個別相談
3歳児健診 (14年7月生)	18(木)	午後1時～2時	内容：尿検査、身体測定、歯科・内科健診、個別相談

### 相 談

母乳相談	11(木)	午前9時30分～11時	対象：妊婦、生後2か月までの母子(予約制) 内容：妊娠中の母乳の自己管理の方法、乳房マッサージ、個別相談
育児相談	10(水) 24(水)	午前9時30分～11時	対象：乳幼児 内容：保健師、栄養士による健康相談・身体測定
物忘れ相談	30(火)	午前10時～11時30分	対象：忘れっぽくなったことを心配している方 内容：認知症(痴ほう)予防相談(予約制)
成人健康相談	30(火)	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)
母子健康手帳交付	毎週月・木曜	午前9時30分～11時30分	内容：母子保健に関する相談 妊娠届出書をお持ちください。

\*各種相談は、電話でも随時受け付けしています。必要時には、家庭訪問指導も行います。  
\*離乳食講習会の当日、赤ちゃんを家庭などに預けられないかたは保健センターへ事前にご連絡下さい。  
\*乳幼児健診、母子健診、育児相談、離乳食講習会、すくすく赤ちゃん教室、歯科健診には、必ず母子健康手帳をお持ちください。



# 健康あらかると

## すくすく赤ちゃん教室(ひまわり組)のお知らせ

育児には慣れたけど、赤ちゃんとどうかかわったらいいのかわからない、そんなお母さん。楽しく学びながら話をしませんか。

とき 8月23日(火) 9月27日(火) 10月25日(火) 11月22日(火) いずれも午前10時～11時30分

ところ 保健センター

内容 ママと一緒に楽しくベビーマッサージ ミルク・おっぱい・離乳食 いろんな事故から赤ちゃんを守ろう 0歳からの虫歯予防

対象者 申し込み時に1か月から5か月までの赤ちゃんとその保護者  
定員 20組 \*先着順

持ち物 母子健康手帳、のみバスタオル

申込み 7月22日(金)から8月16日(火)までに、保健環境課健康係(内線184)へお申し込みください。

## すくすくこうたっ子講座に参加しよう

とき 8月30日(火)ともに午後1時30分～2時45分

ところ 保健センター

内容 秋から冬の子どもの病気とその対処法

対象者 乳幼児の親または家族  
講師 とみた小児科医院長 富田博氏  
定員 20人 \*先着順  
参加費 無料

そのほか 当日託児が必要な場合は、申し込み時にお申し出ください。

申込み 7月20日(水)から8月10日(水)までに保健環境課健康係(内線184)へお申し込みください。

## 学んでみませんか? 家族でできる介護予防!

転倒によるけが、体を使わないことによる体力の衰え、食生活や日常生活の楽しみの減少など寝たきりになるきっかけはさまざまです。家族や周りの大切な人を寝たきりにさせないために、介護予防について学んでみませんか?

Aコース

とき 9月2日(金) 10時～正午 午後1時～4時

内容

講義「寝たきりにならないために一廃用症候群を防ぐ」

演習「高齢者のための健康フットケア」

Bコース

とき 9月14日(水) 10時～正午 午後1時～4時

内容

講義「食生活から介護予防を考える」

演習「健康寿命を延ばす口腔ケア」



対象者 町内在住の19歳以上のかた  
受講料 無料

定員 20人 \*先着順

持ち物 筆記用具

申込み 7月19日(火)から29日(金)までに、保健環境課健康係(内線184)へお申し込みください。

## パパママ教室に参加しましょう

妊娠おめでとうございます。この機会にご夫婦で妊娠中の過ごしかた

や育児について学んでみませんか。  
とき 8月29日(月) 午前9時30分～午後3時 9月21日(水) 午後1時～4時

ところ 保健センター

内容 体重管理・歯の話、おっぱいの手入れ、調理実習など  
沐浴、分娩の経過、実習など

対象者 妊婦と夫またはその家族(はママのみ、はパパとママ)

\*原則として2回参加できるかた

定員 20組 \*先着順

持ち物 母子健康手帳、筆記用具  
エプロン、歯ブラシ 動きやすい服装

申込み 8月1日(月)から19日(金)までに、保健環境課健康係(内線184)へお申し込みください。

## のびのびキッズ体操に参加しよう

楽しい体操や遊びを通して、親子のふれあいやお友達作りをしませんか。

とき 8月26日(金) 午前10時～11時30分 \*受付は午前9時30分～

ところ 保健センター

対象者 町内在住の2～4歳児(未就園児)とその親

定員 20組 \*先着順

参加費 200円 \*保険料など

持ち物 バスタオル、タオル、水筒  
申込み 7月15日(金)から29日(金)までに、保健環境課健康係(内線184)へお申し込みください。参加費は7月29日(金)までに保健センターへお持ちください。

## 予防接種を受けましょう

三(二)種混合1期初回予防接種  
接種期間 8月1日～平成18年2月28日

対象者 平成17年3月1日から同