



# 健康あらかると

## 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方や育児について学んでみませんか。

とき ①2月13日(月) 午前9時30分～午後3時 ②3月15日(水) 午後1時～4時

ところ 保健センター

内容 ①体重管理・歯の話、おっぱいの手入れ、調理実習など ②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 (①はママのみ、②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

①エプロン、歯ブラシ、手鏡

②動きやすい服装

申込み 1月16日(月)から2月3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。

## 予防接種を受けましょう



### 麻しん予防接種

平成18年4月からMR(麻しん・風しん予防接種)を実施します。平成17年2月生まれで1歳の誕生日から麻しんワクチン接種をご希望のかたは、保健センターまでご連絡ください。

なお、接種期間内に麻しんワクチンを接種されたかたは、平成18年3月までに風しんワクチンを接種していただき、MR予防接種の対象者にはなりません。

### 風しん予防接種

接種期間 平成18年2月1日～3月

31日

対象者 平成17年1月1日から同年1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 1月末までに郵送します。

BCG予防接種

接種日	受付時間
2月6日(月)	午後1時15分～2時15分
2月21日(火)	午後1時15分～1時45分

ところ 保健センター

対象者 平成17年10月1日から同年10月31日までの出生者

通知 1月中旬に郵送します。

三種混合1期追加予防接種

接種期間 平成18年2月1日～2月28日

対象者 7歳6か月未満で1期3回目種日から1年以上経過した者

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。

そのほか 百日せきにかかったかたは接種できません。保健センターでご相談ください。

通知 1月末までに郵送します。

問合せ 保健環境課健康係

(内線184)

## 「薬物問題に関する家族教室」の参加者募集

覚せい剤、シンナー、市販薬など、薬物の乱用・依存の問題を抱えてご家族だけで悩んでいませんか?薬物問題について知り、今後のことについて一緒に考えていきましょう。

とき	内容
1月27日(金)	薬物依存と治療
2月2日(木)	依存状態の回復と家族の役割
2月6日(月)	回復本人からのメッセージ
2月14日(火)	先輩家族からのメッセージ

時間 午後2時～4時

対象者 愛知県内の薬物問題を抱えるかたの家族

ところ 愛知県精神保健福祉センター (名古屋市中区三の丸3 2 1 東大手庁舎8階)

申込み・問合せ

愛知県精神保健福祉センター

☎052-962-5377

## 原産地表示でより一層楽しい外食を



近年、「食の安全」に対する関心が高まるなか、利用機会の多い外食をより一層安心して楽しめるよう、メニューに使用されている食材の原産地を知りたいという要望が強まっています。農林水産省では、レストランなどの外食事業者が消費者に対して原材料の原産地などの情報を提供するためのガイドラインとして、「外食における原産地表示に関するガイドライン」を平成17年7月28日に策定しました。このガイドラインは、子どもから高齢者まで幅広い年齢層の人々に多く利用されている外食でのメニュー選択の参考となる情報を消費者に提供する目的で、外食事業者が自主的に原材料の原産地を表示する際の指針となるものです。業種・業態や事業規模の大小にかかわらず、すべての外食事業者が対象となります。ガイドラインでは、原産地を把握している原材料について、積極的に原産地を表示することを求めています。

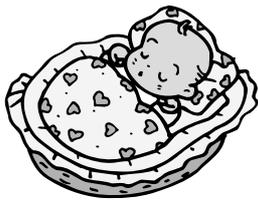
外食事業者は、原材料を安定的に調達・確保する観点から、複数の産地の原材料を使用することが多く、

また気象などの影響から産地が変わることも多いので、ガイドラインでは、原産地の名称表示として、国産については「国産」であるとの表示、外国産については「原産国名」の表示を求めています。

外食は、身近でおいしく楽しい食の場として、利用されています。今後とも、外食が消費者により一層安心して利用されるために、外食事業者が見やすく分かりやすい適正な原産地表示に取り組んでいくことが期待されています。

問合せ 農林水産省総合食料局食品産業振興課外食産業室  
☎03 - 3502 - 8267

### 新生児訪問指導・相談



新生児(生後28日ごろまで)をお育てのかたで、育児などについて心配や困っていることのあるかたに、保健師または助産師が家庭に出向いて相談を受けます。詳しいことは、電話でお問い合わせください。

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

2月の日程  
神経内科系

とき 2月3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 2月18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

## 2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	14(火)	午後1時 ~1時30分	対象: 生後2~4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	10(金) 17(金) 24(金)	午前10時 ~11時30分	初心者向けで効果的な歩き方や健康によい姿勢を学びます。

### 健診

4か月児健診 (17年10月生)	23(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
10か月児健診 (17年3月16生 ~4月15日生)	16(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7月生)	2(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 (16年1月生の幼児 および、その保護者)	7(火)	午後0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
3歳児健診 (15年1月生)	9(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	9(木)	午前9時30分 ~11時	対象: 妊婦、生後2か月までの母子 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	8(水) 22(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	21(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	28(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。