

予防接種を受けましょう

●BCG予防接種

対象者 平成20年10月生まれおよび生後6か月未満のBCG未接種者
接種期間 生後満3か月～6か月の前日
接種方法 1回接種します。

●三種混合予防接種 (1期初回)

対象者 平成20年9月生まれのかた
接種期間 生後満4か月～7歳6か月の前日
接種方法 3～8週の間隔で3回接種します。
(1期追加)
対象者 三種混合1期初回3回目を平成19年12月に接種したかた
接種期間 1月1日～7歳6か月の前日
接種方法 1回接種します。

●二種混合第2期予防接種

対象者 平成10年1月生まれのかた
接種期間 11歳の誕生日～13歳の誕生日前日
接種方法 1回接種します。
接種の際は必ず保護者同伴でお出かけください。

●麻しんおよび風しん混合第1期予防接種

対象者 平成20年1月生まれのかた
接種期間 1歳の誕生日～2歳の誕生日前日
接種方法 1回接種します。

通知 12月下旬に郵送します。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。

問合せ 健康課健康G(内線184)



1月の保健センター行事

12月の保健センター行事は11月号広報をご覧ください。☎62-1111(内線184)
☎62-8158(直通)

行事

	日/曜	受付時間	備 考
誰でもできる健康体操	16(金) 23(金) 30(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る姿勢を学びます。
離乳食後期講習 (かみかみクラス)	13(火)	午後1時～1時30分	対象:生後8～10か月児の保護者 内容:離乳食の進め方・幼児食について 託児:申込み1/5(月)～1/9(金) 定員10人 *先着順

健 診

4か月児健診 (20年8月22日生～9月11日生)	15(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、絵本の読み聞かせ
10か月児健診 (20年2月16日生～20年3月15日生)	29(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 (19年6月22日生～7月16日生)	21(水)	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、フッ素塗布、個別相談
2歳児歯科健診 (18年12月生)	6(火)	午後0時45分～1時15分 (集団の話 1時～1時30分)	内容:歯科健診、歯みがき指導、集団の話、フッ素塗布、個別相談
3歳児健診 (17年12月26日生 18年1月18日生)	22(木)	午後1時～2時	内容:尿検査、身体測定、内科・歯科健診、フッ素塗布、個別相談

相 談

母子健康手帳交付	毎週月曜	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 そのほか:都合が悪いかた、外国人のかたは、ご連絡ください。
母乳相談	8(木)	午前9時30分～11時	対象:生後2か月未満の母子(予約制) 内容:母乳授乳量測定、授乳相談
育児相談	14(水) 28(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	22(木)	午前9時30分～11時	対象:忘れっぽくなったことを心配しているかた 内容:認知症予防相談(予約制)
成人健康相談	22(木)	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)
禁煙チャレンジプログラム (喫煙者個別健康教育)		随時	対象:1か月以内にタバコをやめたいと思っているかた 内容:タバコ検査(息の中・尿中のニコチン濃度測定)・面接相談等

*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、育児相談、離乳食講習会には、必ず母子健康手帳をお持ちください。



健康あらかると

すくすくこうたっ子講座 (ふゆ組第1回目)に参加しよう

子育てで分からないことや悩むことは多いですね。そんな時、少しでも知識があると、あわてなくてすむことも多いはず。保健センターでは、そんな皆さんのために、知ってほしい情報を提供していきます。

とき 1月9日(金) 午後1時30分～3時

*受付は午後1時15分

ところ 保健センター

内容 乳幼児の病気とその対処法

講師 とみた小児科院長 富田博医師

対象者 平成20年6月から8月生まれの乳児を持つ保護者と希望者

定員 30人程度

そのほか

- ・講演終了後、午後3時から4時は教室を開放します。
- ・託児(先着15人)を午後3時まで実施しますが、お子さんを預けることができるかたは、そちらを優先してください。託児の申込みは12月22日(月)から26日(金)までです。
- ・この講座は、3回を1クールとして実施しています。ふゆ組第2回目、2月3日(火)「乳幼児の体と心の発達と乳幼児の事故予防」、ふゆ組第3回目、3月4日(水)「生え始めからの歯の手入れ」を予定しています。(対象者は1回目と同じですが、2回目、3回目は親子での参加となります。)参加希望のかたは、1回目とあわせてお申し込みください。

申込み 1月8日(木)までに、健康課健康G(内線184)へお申し込みください。

マタニティ教室～食生活と歯の健康編～に参加しよう

妊娠おめでとうございます。マタニティ教室で、妊娠中の生活や育児について、みんなで一緒に学びませんか?また、この機会に妊婦さん同士でおしゃべりしたり、情報交換をしたりしませんか?

とき 1月20日(火) 午前10時～午後2時30分

*受付:午前9時45分～

ところ 保健センター

内容 ・マタニティライフの食事について

・ランチタイム

・マタニティライフの歯のケアと赤ちゃんの歯について

・おしゃべりティータイム

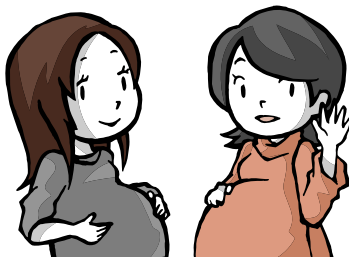
対象者 町内在住の妊婦

定員 20人 *予約制

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、歯ブラシ、手鏡、タオル

参加費 500円(弁当代)

申込み 1月16日(金)までに健康課健康G(内線184)へお申し込みください。



マタニティランチの会 ～鉄分・カルシウム編～に参加しよう

妊娠おめでとうございます。マタニティランチの会で、妊婦さん同士でおしゃべりしながら一緒に料理を楽しみませんか?

とき 1月27日(火) 午前10時～午後2時 *受付は午前9時45分

ところ 保健センター

対象者 町内在住の妊婦

定員 20人 *予約制

内容 ・ミニ講話

・調理実習

・ランチタイム

・おしゃべりティータイム

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、エプロン、三角巾(バンダナ可)

参加費 300円

申込み 1月15日(木)までに、健康課健康G(内線184)へお申し込みください。

女性のための更年期(幸年期?!)講座

「これって更年期症状?」と思うことはありませんか?

そんな症状を**幸せな年**を重ねる時期に変えて、毎日笑顔で過ごしたいですね。

健康チェックをしながら、自分の身体(からだ)の変化に耳を傾けてみませんか?

骨粗しょう症予防のためのおいしいお弁当もありますよ。

とき 平成21年1月28日(水) 午後6時～8時30分

内容 午後6時～ 受付

午後6時30分～ 試食「カルシウムたっぷり弁当」

午後7時～ 講義「更年期は第二の思春期」～その後の30年を快適に過ごすために～

ところ 保健センター

講師 愛知県助産師会 助産師 三浦久子氏

対象者 町内在住・在勤の40～60歳くらいの女性のかた

定員 20人 *先着順

参加費 500円(弁当代含む)

申込み 1月21日(水)までに健康課健康G(内線184)へお申し込みください。