

～4時30分 *受付は午後1時15分
ところ 保健センター

内容 ・妊娠中からできるおっぱいの準備と母乳育児について
・おしゃべりティータイム

対象者 町内在住の妊婦さん

定員 20人 *先着順

持ち物 母子健康手帳、筆記用具

申込み 5月21日(木)までに健康課健康G(内線184)へお申し込みください。

予防接種を受けましょう

●BCG予防接種

対象者 平成21年2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21年1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 20日～56日の間隔で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20年4月に接種したかた

接種期間 5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5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5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 4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)

5月の保健センター行事

4月の保健センター行事は3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	8(金) 15(金) 22(金) 29(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)	11(月)	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4/27(月)～5/1(金) 定員10人 *先着順

健 診

4か月児健診 (20年12月26日生)～21年1月15日生)	21(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6月22日生)～7月27日生)	28(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、歯みがき相談
1歳6か月児健診 (19年10月16日生)～11月2日生)	14(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、フッ素塗布、個別相談
2歳児歯科健診 (19年4月生)	12(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 (18年3月24日生)～4月22日生)	7(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	14(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	13(水) 27(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	28(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	28(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。



健康こうた21計画推進
マスコットキャラクター

すこっぴー

健康あらかると

「みんなで育む
健康こうた21計画」
マスコットキャラクターのなまえが
「すこっぴー」に決定!

みんなで育む
健康こうた21計画



「すこっぴー」

～幸せな楽しいくらしはまず健康～

昨年度皆様に名前を募集したところ、615点ものご応募をいただきました。そしてついに「すこっぴー」【健やかでハッピーに!】に決定しました。これはまさに計画の基本理念である【幸せな楽しいくらしはまず健康】そのものを表現しています。町民・行政一丸となって「すこっぴー」(マスコット)とともに「すこっぴー」(健やかでハッピー)を実現しましょう!ご応募ありがとうございました。

問合せ 健康課(内線184)

『こんにちは赤ちゃん訪問』 事業がはじまります

赤ちゃんは、何も言ってくれないし泣いてばかり。どうしていいかわからない・・・そんな時期に先輩ママ(赤ちゃん訪問員と地区保健推進員)がお宅を訪問し、『おめでとう』の気持ちと、子育てに困っていないかな?と声をかけてくれます。

対象 平成21年4月1日以降の出生児のいる家庭(生後4か月頃まで)

内容 玄関先で結構です。お母さんと赤ちゃんのお顔をみせてください。そして、赤ちゃんのことやお母さんの気持ちを気軽に話してください。育児について、困っていることや心配なことがあればお聞かせください。子育て情報と絵本を差し上げます!

そのほか ご相談があれば、赤ちゃん訪問員等から連絡を受けて、町保健師等がご相談をお受けします。赤ちゃん訪問員・保健推進員とも、町からの委嘱を受けて活動しています。ご家庭の事情等について、他へ漏らすことはありません。



問合せ 健康課(内線184)

パパママ教室に参加しよう

妊娠おめでとうございます。妊娠・出産・育児はパパとママの協力が大切です。パパママ教室で、一緒に楽しくパパ・ママになる準備をしましょう。日曜日の開催です。

とき 5月17日(日) 午前10時～正午 *受付は午前9時45分

対象者 町内在住のママとパパ(または家族)

ところ 保健センター

定員 20組 *先着順

内容 ・妊娠、出産、育児のサポートについて

- ・赤ちゃんのいる生活について
- ・だっこの練習をしてみよう
- ・赤ちゃんの沐浴実習

持ち物 母子健康手帳、父子手帳、筆記用具 *動きやすい服装でお越しください。

申込み 5月13日(水)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 5月19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

内容

調理実習、ランチタイム、ミニ講話、おしゃべりティータイム

対象者 町内在住の妊婦さん

定員 20人 *先着順

参加費 300円

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)

申込み 5月8日(金)までに健康課健康G(内線184)へお申し込みください。

マタニティ教室～母乳育児編～ 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、情報交換したりしませんか?

とき 5月25日(月) 午後1時30分