

12月の保健センター行事

11月の保健センター行事は10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	10(金) 17(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。
離乳食前期講習会 (ごっくんクラス)	7(火)	午後1時 ～1時30分	対象:生後3～5か月児の保護者 内容:離乳食の進め方・試食 託児:申込み11/29(月)～12/3(金) 定員15人 ※先着順

健 診

4か月児健診 (22年 7月16日生 ～ 8月 5日生)	9(木)	午後1時～2時 (集団の話 1時～1時20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 (22年 1月16日生 ～ 2月15日生)	16(木)	午後1時～2時 (集団の話 1時～1時20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 (21年 5月16日生 ～ 6月12日生)	15(水)	午後1時～2時 (集団の話 1時～1時20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 (20年11月生)	1(水)	午後1時～1時30分 (集団の話 1時～1時20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 (21・19年10月23日生 ～11月14日生 17日・19年11月15日生 ～12月 7日生)	2(木) 17(金)	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
住民健診 (64歳以下)	3(金)	午前9時 ～11時00分	内容:胸部レントゲン、検尿、身体測定、血圧測定、診察、血液検査、腹囲、歯科健診など 持ち物:健康保険証、健診受診票、健康手帳 ※大腸がん検診(400円)、肺がん検診(500円) 希望者は自己負担金。(40歳のみ)C型肝炎問診票 社会保険被扶養者で保険者が発行する特定健康診査受診券をお持ちの人は、この日にお越しください。受診券のない人は5,000円必要。

相 談

母子健康手帳交付	毎週月曜 (祝日を 除く)	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 そのほか:都合が悪い人、外国人の人は、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(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、あとで保健師などが連絡し、相談に応じます。) ※事前に電話連絡有(電話番号がわからない場合は、直接伺う場合もあります)
助産師などによる新生児訪問相談		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人相談 母子に関する悩み・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	9(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	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
成人健康相談	16(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)

*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。

は、2月1日(火)午前10時～11時30分「お子さんの心と体の発達と子育てのヒント」(広報1月号掲載)を予定しています。参加希望者はあわせてお申込みください。

・チャイルドシートの取り付け状況ご希望の方はチャイルドシート説明書をお持ちください。

申込み 12月20日(月)までに健康課母子保健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 平成22年9月生まれの人

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 平成22年9月生まれの人

接種期間 生後満3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21年11月に接種した人

接種期間 12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 平成11年12月生まれの人

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 平成21年12月生まれの人

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。

●日本脳炎第1期(初回)予防接種

対象 平成19年12月生まれの人

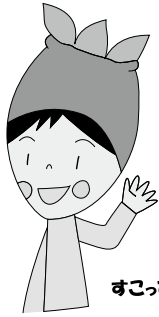
接種期間 3歳の誕生日～7歳6か月の前日

接種方法 2回接種します。

通知 11月下旬に郵送します。

問合せ 健康課母子保健G

(内線184)



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

マタニティ教室 ～赤ちゃん編～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 12月7日(火) 午前10時～11時30分 *受付は午前9時45分

ところ 保健センター

内容 ・赤ちゃんを抱っこしてみよう！～先輩ママとの交流会～
・赤ちゃんの成長についての話
・赤ちゃんが泣くのはなぜ？
・おしゃべりティータイム

対象 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

申込み 12月6日(月)までに健康課母子保健G(内線184)へお申し込みください。

フレッシュママのおしゃべり会 に参加しよう

フレッシュママのおしゃべり会で、子育ての楽しさや大変さなどについて、ほかのママと情報交換をしてみませんか？また、おしゃべり会をきっかけに、ママ友達を増やしましょう！

とき 12月7日(火) 午前10時～11時30分 *受付は午前9時45分

ところ 保健センター

内容 ・幸田町の子育て情報などの紹介
・フレッシュママのおしゃべり会(生後1～3カ月のお子さん・ママや妊婦さんとの交流会、ティータイム)

対象 町内在住の生後1～3カ月の
おさんとママ

定員 20組程度

持ち物 母子健康手帳、お子さんに必要なもの(オムツ、ミルク、タオルなど)

申込み 12月6日(月)までに健康課母子保健G(内線184)へお申し込みください。

11月1日は 「こうた健康の日」です！

『幸せな楽しいくらしはまず健康』の理念のもとに、町民一人一人が健康づくりに取り組む意識の向上を図るため、11月1日を『こうた健康の日』に制定しています。

11月14日(日)には、町民会館あじさいホールを中心に、健康福祉まつりが開催されます。

問合せ 健康課健康増進G
(内線183)

すくすくこうたっ子講座 (第1回目)に参加しよう

子育てでわ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。子育て中の皆さんに知ってもらいたい、明日から役立つ情報をお届けします。

とき 12月21日(火) 午前10時～11時30分 *受付は午前9時45分

ところ 保健センター

内容 家庭での事故予防・チャイルドシートの使用方法など

対象 平成22年4月から7月生まれのおさんと保護者

*そのほか、1歳未満の乳児の保護者であれば、どなたでもご参加いただけます。

*親子での参加となります。

定員 30組程度

講師 町保健師・日本自動車連盟(JAF)

そのほか ・講座終了後には、おしゃべり会(正午まで教室を開放)があります。

・この講座は、3回を1クールとして実施しています。2回目は、1月7日(金)午後1時30分～3時「乳幼児の病気とその対処法」(広報12月号掲載)、3回目

げんきかいにおいでん！

学区の皆さまの健康づくりを応援するげんきかいに、ご参加ください。

学区	とき	ところ
幸田	12月2日(木)	大草老人憩の家
荻谷	12月6日(月)	芦谷公民館
中央	12月9日(木)	岩堀公民館
深溝	12月13日(月)	市場公民館
豊坂	12月16日(木)	高齢者ふれあいプラザ
坂崎	12月20日(月)	坂崎公民館

時間 午前10時～11時30分

内容 食事について考えよう、ハート体操、転ばん体操

対象 町内在住のおおむね60歳以上の人

参加費 無料 **持ち物** お茶、タオル

そのほか 動きやすい服装で、お住まいの学区の会場へお越しください。

問合せ 健康課健康増進G(内線183)

