

## 予防接種を受けましょう

### ●BCG予防接種

**対象** 平成23年1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23年1月生まれの人  
**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** 三種混合1期初回3回目を平成22年4月に接種した人  
**接種期間** 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12年4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22年4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20年4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。

### ●麻しんおよび風しん混合第2期～4期予防接種

**対象** 2期:平成17年4月2日～平成18年4月1日(年長児)  
3期:平成10年4月2日～平成11年4月1日(中学1年生)  
4期:平成5年4月2日～平成6年4月1日(高校3年生相当)  
**接種期間** 4月1日～平成24年3月31日

**通知** 3月下旬に郵送します。

**問合せ** 健康課母子保健G

(内線184)

## 4月の保健センター行事

3月の保健センター行事は2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)	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)	5(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3/28(月)～4/1(金) 定員15人 ※先着順

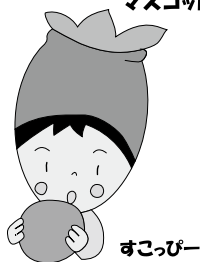
### 健診

4か月児健診 (14日:22年11月19日生～12月8日生 28日:22年12月9日生～12月28日生)	14(木) 28(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5月16日生～6月15日生)	21(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 (6日:21年9月1日生～9月24日生 20日:21年9月25日生～10月14日生)	6(水) 20(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 (21年3月生)	13(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 (20年3月1日生～3月31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 (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1か月～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(地域の先輩ママ)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	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)	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	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)

\*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

## エアロビクスで心も体も リフレッシュ!!

保健センターで行っているエアロビクスは、普段の姿勢を見直し、歩くことを中心に運動をします。初心者や男性、メタボリックシンドロームが気になる人の参加も大歓迎です。一緒に楽しく運動し、体を動かすコツを身につけませんか? たくさんの応募をお待ちしています。

**とき** 4月18日、25日  
5月9日、16日、23日  
6月6日、13日、20日  
7月4日、11日、25日  
8月1日、15日、29日  
9月12日、26日  
すべて月曜日 全16回  
午前10時～11時30分

**ところ** 保健センター 運動指導室

**対象** 町内在住の20歳以上の人

**定員** 40人 \*応募者多数時は抽選  
**参加費** 1,000円(保険料含む)

### そのほか

- ・ 応募者多数時は初心者優先させていただきます。
- ・ 現在、通院治療中の人は参加について主治医に確認してください。
- ・ 託児はありませんので、ご了承ください。
- ・ 昨年度、エアロビクス後期(平成22年10月～平成23年3月)に参加された人は、今回募集の前期への参加は基本的にはできませんが、募集が定員に満たない場合には、参加可能です。その点をご承知いただき、お申し込みください。(昨年度後期参加者以外の人を優先とさせていただきます。)
- ・ 平成23年度の後期(平成23年10月～平成24年3月)の募集につ

いては、広報9月号でお知らせします。

**申込み** 3月14日(月)から25日(金)までに健康課健康増進G(内線183)へお申し込みください。

## 人間ドック・がん検診などの お申し込みはお済みですか?

平成23年度分の人間ドック・脳ドック・肺ドック・各種がん検診のお申し込みは3月31日(木)までとなっています。国民健康保険加入の40歳から74歳までの人(平成23年3月31日現在)は、幸田町特定健康診査・保健指導の対象者です。自覚症状のない生活習慣病やがんを早く見つけ、重症化を予防するためには健診がもっとも有効的です。

受診希望の人で、まだお申し込みされていない人はお早めにお申し込みください。申込書は2月の広報と同時に配布しています。申込書のない人は保健センターにもありますのでご利用ください。また、申込書は町ホームページの書式ダウンロードにも掲載していますので、ご利用ください。

**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、子育て中の皆さんのために、知っていただきたい、明日から役立つ情報をお届けします。

**とき** 4月19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** 1歳未満の乳児の保護者であればどなたでも参加いただけます。

\*親子での参加となります。

**定員** 30組程度

**講師** 日本自動車連盟(JAF)町保健師

**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。

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

**申込み** 4月18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。

## 麻しん風疹(MR)予防接種 を受けていない子は、至急 お受けください!

平成22年12月から幸田町外の市町村で、麻しん(はしか)が流行しています。その麻しんにかかった多くの子どもは麻しん風疹(MR)予防接種を接種していませんでした。

麻しん(はしか)の感染力はインフルエンザの6～9倍といわれ、麻しんにかかると、10人に4人は入院が必要になり、そのうち脳炎に1,000人中1人の確率でかかる怖い病気です。

麻しん風疹(MR)予防接種は、1期:1歳～2歳未満、2期:保育園年長(平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれ)、3期:中学1年生(平成9年4月2日～平成10年4月1日生まれ)、4期:高校3年生(平成4年4月2日～平成5年4月1日生まれ)が対象者です。2期、3期、4期の人の接種券の使用期限が平成23年3月31日までとなります。未接種の人は指定医療機関へ予約して、至急接種してください。

**問合せ** 健康課母子保健G  
(内線184)