

幸田町役場 ☎62-1111(代)
FAX63-5139

接種期間 7歳6か月の前日まで
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14年10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掛けください

●不活化ポリオ予防接種(1期追加)

対象 不活化ポリオ1期初回3回目を平成24年10月に接種した人
接種期間 7歳6か月の前日まで

接種方法 1回接種します

●麻しんおよび風しん混合第1期予防接種

対象 平成24年10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22年10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

●BCG予防接種

対象 平成25年5月生まれの人
接種期間 生後5か月～生後1歳の前日
接種方法 1回接種します

●ヒブ予防接種(初回接種)

対象 平成25年8月生まれの人
接種期間 生後満2か月～5歳の前日
接種方法 3回接種(ただし、1回目を接種する年齢によって接種回数が変わってきます。詳しくは、接種券と同封してある案内を参考にしてください。)

(追加接種)

対象 ヒブ初回予防接種を平成25年3月に接種した人(ただし1回目を1歳以上で接種した人は除く)

接種期間 5歳の前日まで

接種方法 1回接種します

●小児用肺炎球菌予防接種(初回・追加接種)

対象 平成25年8月生まれの人
接種期間 生後満2か月～5歳の前日

接種方法 4回接種(ただし、1回目を接種する年齢によって接種回数が変わってきます。詳しくは、接種券と同封してある案内を参考にしてください。)

通知 9月下旬に郵送します

問合せ 健康課健康増進G(内線183)

10月の保健センター行事

9月の保健センター行事は8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 | 初心者編 11(金) 上級者編 18(金) | 午前10時～11時30分 | 簡単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) | 8(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9/30(月)～10/4(金) 定員15人 ※先着順 |

健診

| | | | |
|---|----------------|-------------------------------|--|
| 4か月児健診 (3日:25年 5月 9日生 ～25年 5月30日生 24日:25年 5月31日生 ～25年 6月20日生) | 3(木) 24(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 (24年11月20日生 ～24年12月14日生) | 17(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 (2日:24年 3月 2日生 ～24年 3月27日生 23日:24年 3月28日生 ～24年 4月21日生) | 2(水) 23(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 (23年 9月生) | 16(水) | 午後1時～2時 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 (10日:22年 9月 9日生 ～22年 9月23日生 31日:22年 9月24日生 ～22年10月18日生) | 10(木) 31(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 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、腹囲等 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受診券をお持ちの人は12月4日にお越しください。受診券のない人は5000円必要です。 |
| 住民健診 (64歳以下) | 4(金) | 午前9時～11時 | |

相談

| | | | |
|------------------|---------------------------------|-------------------|--|
| 母子健康手帳交付 | 7(月) 15(火) 21(月) 28(月) | 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:都合が悪い人、外国籍の人は、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(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等の聴取。(心配事には、あとで保健師等が連絡し、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) 転入などで赤ちゃん訪問連絡票を出されていない方は、電話連絡をお願いします。 |
| 助産師などによる新生児等訪問相談 | | 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別相談 母乳に関する悩み・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 | 18(金) | 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 |
| 乳幼児健康相談 | 9(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、育児相談 |
| 成人健康相談 | 24(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、乳幼児健康相談、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

すくすくこうたっ子講座に参加しよう!

ママにも赤ちゃんにもお得な話～育児を楽しむために～
子育てで分からないことや悩むことは多いですね。同じことで悩んでいるママやお友達をつくりたいママも多いと思います。そこで子育て中の皆さんに知ってもらいたい、お役立ち情報をお届けします。講話のあと、ママ同士のおしゃべりタイムもあります。ぜひご参加ください。

とき 10月17日(木)
午前10時～11時30分
*受付: 午前9時40分～55分

ところ 保健センター

内容 講話「お子さんの心と体の発達・生活習慣について・事故予防について」、おしゃべりタイム

対象 町内在住の1歳未満のお子さんとその保護者やご家族
定員 20人程度
講師 町保健師
そのほか 親子での参加となります。
申込み 10月16日(水)までに、健康課母子保健G(内線184)へお申し込みください。

神経系難病患者・家族のつどいに参加してみませんか

神経系難病患者さま、およびその家族の皆さんのつどいを行います。

とき 9月19日(木)
午後1時30分～3時30分

ところ 愛知県西尾保健所 3階大会議室

内容 講演「神経難病について」
講師 安城更生病院 神経内科 在宅診療部長 杉浦 真氏

対象 神経系難病(パーキンソン病・脊髄小脳変性症・多系統萎縮症)の患者および家族
参加費 無料
申込み 9月17日(火)までに、西尾保健所健康支援課地域保健G(☎0563-56-5241)へお申し込みください。

予防接種を受けましょう

【個別接種】
●**四種混合予防接種(1期初回)**
対象 平成25年7月生まれの人
接種期間 生後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

●**三種混合予防接種(1期追加)**
対象 三種混合1期初回3回目を平成24年10月に接種した人



夏をのりきる 家族だんらんスタミナ料理!

手作り餃子で、家族だんらんを楽しみませんか?



材料(4人分) (エネルギー 370kcal)

餃子の皮 …… 30枚
豚ひき肉 …… 200g
キャベツ …… 1/6個
ニラ …… 1/2束強
白ネギ …… 1/2束強
んにく …… 小さじ1

合わせ調味料

しょうが汁 …… 1片分
酒 …… 小さじ4弱
塩こしょう …… 少々
ごま油 …… 小さじ4弱
オイスターソース …… 小さじ2 1/2

ぎょうざ 手作り餃子

たれ
A 酢 …… 大さじ1
B しょうゆ …… 大さじ2
C ラー油 …… 小さじ1/2
D サラダオイル …… 適量
E 熱湯 …… 分量外



作り方

1 キャベツは細かくみじん切りにする。(写真a) 2 ニラは5mm 位に細かく切る。 3 白ネギは縦に8本くらい切り込みを入れ、みじん切りにする。 4 ボウルに豚ひき肉、キャベツ、ニラ、白ネギ、んにく、合わせ調味料Aの材料を入れ、よく混ぜ合わせる。(写真b) 5 餃子の皮を手にとって4を大さじ1くらいのせ、皮のフチに水を薄くぬり、しわをよせながら包む。(写真c) 6 フライパンに分量外のサラダオイルを薄くひいて強めの中火で熱し、餃子を並べて底がこんがり焼けるまで焼く。(写真d) 7 餃子が 1/3 つかるくらいまで分量外の熱湯を入れ、フライパンの蓋をして、弱めの中火で約3～4分蒸し焼きにする。 8 蓋を取って強火にし、水気を完全に飛ばしてサラダ油を加え、1分くらいカリッと焼く。器に焼きめを上にして盛り付け、たれBをつけていただく。



写真a



写真b



写真c



写真d