



# 健康インフォメーション

Health Information



## ★★★ 3月の保健センター 行事・健診 ★★★

	日/曜	受付時間	備考
誰でもできる健康体操	初心者編 13日(金) 上級者編 27日(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。
離乳食後期講習会 (かみかみクラス)	6日(金)	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2月25日(火)～28日(金) 定員8人 *先着順
4か月児健診 (令和元年10月21日～11月17日生)	17日(火)	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 (平成31年4月11日～4月30日生)	5日(火)	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 (平成30年8月21日～9月7日生)	12日(火)	午後0時50分～2時 集団の話／0時50分～1時10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 (平成30年1月21日～2月28日生)	4日(火)	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 (平成29年1月23日～2月10日生)	10日(火)	午後0時50分～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

## ★★★ 3月の保健センター 相談 ★★★

	日/曜	受付時間	備考
母子健康手帳交付	2日(火) 9日(火) 16日(火) 23日(火) 30日(火)	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 裏面に記載してある持ち物をご持参ください。 そのほか：都合の悪い人、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。)転入などで赤ちゃん訪問連絡票を出されていない人は、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	19日(火)	午前9時30分～11時	対象：生後3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	11日(火)	午前9時30分～11時	対象：乳幼児 内容：保健師・栄養士による、育児、健康相談
成人健康相談	26日(火)	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しています。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。

## ★★★ 予防接種を受けましょう ★★★

対象者には2月下旬に接種券を郵送します。

予防接種の種類	接種期間	接種方法
<b>ヒブ予防接種(初回接種)</b> 令和2年1月生まれの人	生後2か月～5歳の誕生日前日	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)
<b>ヒブ予防接種(追加接種)</b> ヒブ初回予防接種を令和元年8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)	5歳の誕生日前日まで	1回接種
<b>小児用肺炎球菌予防接種(初回・追加接種)</b> 令和2年1月生まれの人	生後2か月～5歳の誕生日前日	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)
<b>B型肝炎予防接種</b> 令和2年1月生まれの人	生後2か月～1歳の誕生日前日	3回接種
<b>四種混合予防接種(第1期初回)</b> 令和元年12月生まれの人	生後3か月～7歳6か月の前日	20～56日の間隔で3回接種
<b>四種混合予防接種(第1期追加)</b> 1期初回3回目を平成31年3月に接種した人	7歳6か月の前日まで	1回接種
<b>BCG予防接種</b> 令和元年10月生まれの人	生後5か月～1歳の誕生日前日	1回接種
<b>麻疹及び風しん混合第1期予防接種</b> 平成31年3月生まれの人	1歳の誕生日～2歳の誕生日前日	1回接種
<b>水痘予防接種</b> 平成31年3月生まれの人	1歳の誕生日～3歳の誕生日前日	2回接種
<b>日本脳炎予防接種(第1期初回)</b> 平成29年3月生まれの人	3歳の誕生日～7歳6か月の前日	2回接種
<b>日本脳炎予防接種(第1期追加)</b> 1期初回2回目を平成31年3月に接種した人	7歳6か月の前日まで	1回接種
<b>日本脳炎第2期予防接種</b> 平成23年3月生まれの人	9歳の誕生日～13歳の誕生日前日	1回接種
<b>二種混合第2期予防接種</b> 平成21年3月生まれの人	11歳の誕生日～13歳の誕生日前日	1回接種(接種の際は必ず保護者同伴でお出掛けください)
<b>ロタ予防接種(任意接種)</b> 令和2年1月生まれの人	1価(ロタリックス)は生後6週～生後24週。5価(ロタテック)は生後6週～32週	4週以上の間隔で、1価(ロタリックス)は2回接種。5価(ロタテック)は3回接種。
<b>おたふくかぜ予防接種(任意接種)</b> 平成31年3月生まれの人	1歳の誕生日～2歳の誕生日前日	1回接種

## 人間ドック・がん検診を受けましょう

令和2年度分の人間ドック・各種がん検診などの申し込み受付を開始します。詳細は、2月号と同時配布の「申込書案内」をご覧ください。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、健診を受けることが最も有効的です。国民健康保険加入の40～74歳(令和3年3月31日現在)の人は、特定健康診査(メタボ予防健診)の対象者です。「人間ドック(幸田町国民健康保険の特定健康診査を含む)」または「住民健診」を毎年必ずお受けください。なお、「住民健診」のご案内は5月中にお送りします。

**申込み** 「人間ドック・脳ドック・肺ドック・がん検診申込書」(申込書は、町ホームページの様式配信サービスも掲載しています)に必要事項を記入し、2月3日㊤～3月31日㊤に健康課健康増進グループ(保健センター内)へ郵送かFAXまたは直接お持ちください。

\*電話による申し込みはできません。申し込み期間を過ぎてしまった場合はご相談ください。

\*幸田町国民健康保険以外の加入者で、特定健康診査受診券を利用される人は特定健康診査受診券を持参の上、保健センターまでお越しください。特定健康診査受診券を利用される人の申込期限は9月末まで延長します。

**問合せ** 健康課健康増進グループ(内線182) FAX62-8217