

健康ガイド

保健センター(すこやか館内) ☎⑤2010

健康に関する情報は、市ホームページでもご覧になれます。

乳幼児健康相談・食事相談・みそ汁の塩分測定

対象 乳幼児の保護者、市民
日時 ①11月25日(金) 午前10時～11時30分
 ②11月28日(月) 午前10時～11時30分
 午後1時30分～3時

場所 保健センター
相談員 保健師、管理栄養士
 ※みそ汁の塩分測定を希望の方は、当日朝の「みそ汁」を50ml程お持ちください。

もぐもぐ(離乳食)教室

対象 4か月児健診を受けたお子さんの保護者
日時 11月21日(月) 午後1時～3時30分
場所 保健センター
持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具
定員 20人(先着10人まで託児可能)
締め切り 11月17日(木)

1歳すくすく教室

対象 平成22年10月生まれのお子さん
日時 11月29日(火) 午前10時～11時30分
場所 保健センター
内容 食事・おやつの話、試食、絵本の読み聞かせ
持ち物 母子健康手帳、筆記用具、お子さん用のお茶
定員 12人(先着順) **締め切り** 11月25日(金)

ぱくぱく幼児食教室

対象 3歳児健診を受けたお子さんと保護者
日時 12月2日(金) 午前10時～午後1時
場所 保健センター
内容 幼児食の話、親子で実習
持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾
参加費 200円
定員 10組(先着順) **締め切り** 11月25日(金)

こころの健康相談

対象 不眠・ふさぎ込む・怒りっぽい・認知症などで
 お悩みの方
日時 11月22日(火) 午後1時～3時
場所 東濃保健所
備考 要予約 東濃保健所(☎②1111・内線362)
 または保健センターへ

健康相談

対象 市民
日時 11月29日(火) 午後1時15分～2時30分
場所 保健センター
内容 血圧測定・尿検査など
 ※禁煙相談をご希望の方は、事前に電話で申し込みください。相談日以外でも受け付けます。

成人歯科健診・相談

対象 市民 ※予約制です
日時 11月29日(火) 午後1時15分～2時30分
場所 保健センター
内容 歯科健診・相談、歯みがき指導
締め切り 11月25日(金)

ママとベビーのリフレッシュ教室

対象 生後満1～4カ月の赤ちゃんとお母さん
日時 11月24日(木) 午後1時15分～3時30分
場所 保健センター
内容 ベビーマッサージ、お母さん同士の交流会など
持ち物 バスタオル、タオル、母子健康手帳、あかちゃんの水分補給のお茶など
定員 15組(先着順)
締め切り 11月22日(火)

第1期 麻しん・風しん混合予防接種 ★注 (医療機関での個別接種)

対象 平成22年11月以前に生まれた2歳未満のお子さん
 ※麻しん、風しん両方に、確実にかけたことがある方は、対象ではありません。

3種混合予防接種〔初回・追加〕 ★注 〈ジフテリア・百日せき・破傷風〉 (医療機関での個別接種)

対象 生後3カ月～7歳半未満のお子さん
内容 【初回】7歳半未満のお子さんで、3種混合予防接種を3回接種したことがなく、今までに申し込みをしていない方
 【追加】平成22年11月までに3種混合予防接種を3回接種終了しているお子さん
 ※百日せきと診断されたことがある場合は、保健センターへご相談ください。

日本脳炎予防接種〔1期初回・追加〕〔2期〕 ★注 (医療機関での個別接種)

対象 【1期】平成20年10月以前に生まれたお子さん
 ※7歳半から9歳未満のお子さんを受け付けます。
 【2期】平成7年6月から平成14年11月生まれのお子さん
内容 【1期初回】今までに日本脳炎予防接種を一度も受けていないお子さん(6～28日間隔で2回接種)
 【1期追加】初回接種(2回)終了から、おおむね1年経過しているお子さん(1回接種)
 【2期】
 ・小学3年生、中学3年生、高校1年生で、幼児期に3回接種していない方
 ・小学4・5・6年生と中学1・2年生で、幼児期に4回接種していない方(ただし、4回目の接種は3回目の接種終了後、おおむね5年の間隔を置くことが望ましい)
 ※接種回数・接種時期は、これまでの接種歴により異なります。不明な点は問い合わせください。

★注

※個別予防接種の申し込みは、11月15日(火)までに、保健センターへFAX(☎0095・送信後の電話確認をお願いします)、市のホームページまたは直接窓口にて申し込みください。
 ※接種は12月からですが、11月25日(金)以降に、申し込みをした医療機関で接種日時を予約の上、接種してください。
 ※接種前には、市が配布した「予防接種と子どもの健康」をよく読み、予診票に必要事項を記載し母子健康手帳を持ってお出掛けください。