

## 成人保健

	日時（場所：保健センター）	対象・内容など
<b>健康ボランティアウォーキング</b>	[日 時] 4月19日（水） [集 合] 午前9時20分に保健センター	19日 知立三弘法めぐり（宝蔵寺・了運寺・慈眼寺）（4.2Km）
<b>こころの健康相談（要予約・電話可）</b>	[日 時] 4月11日（火） [受 付] 午後2時・2時30分・3時	[内 容] こころの健康についての相談。医師と相談員が担当。 [定 員] 3人 [費 用] 無料 ※秘密厳守
	日時（場所：衣浦東部保健所 ☎21-4778）	対象・内容など
<b>エイズ(HIV)検査</b>	[日 時] 毎週火曜日（25日を除く）午前9時～11時 4月17日（月）午後6時～7時（夜間検査）	[費 用] 無料 匿名・即日検査可。 ただし、夜間検査の結果は約1週間後。
<b>肝炎検査</b>	[日 時] 毎週火曜日（25日を除く）午前9時～11時	[費 用] 無料 検査結果は約1週間後。
<b>栄養相談（要予約）</b>	[日 時] 4月12日（水）午前9時～11時30分	[費 用] 無料 ☎21-9338
<b>歯科相談（要予約）</b>	[日 時] 4月12日（水）午前9時～11時30分	[費 用] 無料 ☎21-9338
<b>こころの健康医師相談（要予約）</b>	[日 時] 健康支援課へお問合せください。	[費 用] 無料 ☎21-9337
<b>骨髄バンクドナー登録（要予約）</b>	[日 時] 毎週火曜日（25日を除く）午前9時～11時	[費 用] 無料 ☎21-4797
<b>梅毒検査</b>	[日 時] 毎週火曜日（25日を除く）午前9時～11時	[費 用] 有料 ☎21-4797 結果は約1週間後
<b>検便・井戸水検査等</b>	[日 時] 試験検査課へお問合せください	[費 用] 有料 ☎21-9353



## 妊娠に気づいたら早めに届出をしましょう。

妊娠に気づき、診断を受け妊娠が確認できたら、すぐに保健センターに届出をしましょう。また健やかな妊娠・出産のために、毎月1回（妊娠24週以降は2週間に1回、36週以降は1週間に1回）、定期的に妊婦健診を受け、母体の健康と胎児の成長を確認しましょう。

母子手帳は保健センターで交付しています。毎週火・木曜日にはマタニティクラスとして、午前10時から母子手帳と妊産婦・乳児健康診査受診票（公費負担による受診券）交付の他、助産師によるお話や妊娠中の様々な相談にもお答えしています。また、助産院や県外の医療機関で受診した場合、妊産婦・乳児健康診査分（診察と指定項目の検査費用）の自己負担額を、未使用の受診票の回数に応じて限度額の範囲内で助成します。詳しくは保健センターまでお問合せください。

※火曜日はポルトガル語通訳がいます。



▶問合せ 保健センター（☎82-8211）

## 健ボラ・ウォーキング参加者募集！！

保健センターでは、毎月2回ウォーキングを実施しています。「一人での参加でも大丈夫かしら？」と不安に思わなくても大丈夫！ウォーキングの達人、健康ボランティアの皆さんがしっかりサポートします。暖くなるこれからの季節、健康づくりにぜひ役立てください。また、毎月16日号の広報ちりゅう「健康ガイド」に日程の案内がありますので2回目以降の皆さんのご参加もお待ちしています。

### 第1回「知立三弘法めぐり（宝蔵寺、了運寺、慈眼寺）」

▶と き 4月19日（水）午前9時20分までに集合（正午頃終了）

▶集合場所 保健センター

▶参加費 無料 ▶持ち物 飲み物、帽子

※参加者には、健ボラオリジナル缶バッチをプレゼントします

※雨天中止。開催が不明な場合は保健センター（☎82-8211）へお問合せください。



# 予防接種



	種類	対象児	発送日（4月初旬）・注意事項
<b>個別接種</b> ● 予診票のない人、有効期限のきた人は電話で保健センターにお問合せください。	ヒブ	生後2か月～5歳未満（1～4回）	こんにちは赤ちゃん訪問で予防接種手帳をお渡しします
	小児用肺炎球菌	生後2か月～5歳未満（1～4回）	
	B型肝炎	生後2か月～1歳未満（1～3回） （平成28年4月1日生以降の人）	
	4種混合1期初回*	生後3か月～7歳6か月未満	
	BCG	生後5か月～1歳未満	
	MR1期	満1歳～2歳未満	平成26年3月生まれの人に送付
	水痘	満1歳～3歳未満	
	日本脳炎1期初回	満3歳～7歳6か月未満	平成28年3月に1期初回2回目終了者に送付
	日本脳炎1期追加	1期3回目接種後おおむね1年後 （7歳6か月未満）	公費接種できる期限は平成29年3月31日までです。
	MR2期	平成22年4月2日～平成23年4月1日生（新1年生）	4月初旬送付予定
平成23年4月2日生～平成24年4月1日生		新4年生に5月上旬送付予定	
日本脳炎2期	9歳～13歳未満	小学6年生のうちに接種しましょう	
2種混合	11歳～13歳未満		

- ※4種混合は、ジフテリア・破傷風・百日せき・不活化ポリオの混合ワクチンです。  
 ○平成26年4月1日より後に生まれた人は予防接種手帳で就学前に接種する全ての予防接種予診票を渡しています。  
 ○子宮頸がん予防ワクチンは、現在、積極的勧奨はしていません。  
 ○4種混合追加、不活化ポリオ追加対象者で予診票を持っていない人は、保健センターまで問い合わせてください。  
 ○日本脳炎特例対象者：平成19年4月1日生～20歳未満の人は接種が完了していない場合があります。（1期初回・追加・2期）不足分は定期接種可能です。該当する人は、保健センターにお問い合わせ下さい。  
 ○定期の予防接種（13歳未満）は原則保護者同伴ですが、保護者が同伴できず、保護者以外（祖父母など）が同伴する場合は委任状が必要です。（委任状は、保健センター窓口およびホームページからダウンロードできます。）  
 ○母子健康手帳を必ず持参してください

## <愛知県広域予防接種事業について>

以下の①～③に該当する人は、愛知県内の広域予防接種協力医療機関で接種できます。事前に手続きなどが必要となりますので、詳細は保健センターにお問合せください。  
 ①市外にかかりつけ医がいる人 ②長期入院で市内での接種が困難な人 ③里帰り出産等、やむを得ない理由で市内での接種が困難な人

# 母子保健

（場所：保健センター）



	日時・持ち物など	対象・内容など
<b>3・4か月児健診</b> Exame de Saúde para Crianças de 3 e 4 meses	[健診日] 4月7日（金）、18日（火）、25日（火） [受 付] 午後0時30分～1時	[対象] こんにちは赤ちゃん訪問時にご案内。4か月に入っても通知のない人や市外から転居してきた人は連絡してください。
<b>1歳6か月児健診</b> Exame de Saúde para Crianças de 1 ano e 6 meses (1 ano e meio)	[健診日] 4月12日（水） [受 付] 午後1時～1時15分 午後1時25分～1時40分	[対象] 対象児に個別通知。1歳7か月に入っても通知のない人は連絡してください。 *フツ化物塗布（希望者）：個人負担金300円
<b>3歳児健診</b> Exame de Saúde para Crianças de 3 anos	[健診日] 4月19日（水） [受 付] 午後1時～1時15分 午後1時25分～1時40分	[対象] 対象児に個別通知。3歳2か月に入っても通知のない人は連絡してください。 *当日の尿をご持参ください。
<b>育児相談</b> Consultas sobre Educação Infantil	[相談日] 4月20日（木） [持ち物] 母子手帳 [幼児受付] 午前10時～11時 [乳児受付] 午後1時～2時	[内 容] 乳幼児の身体測定と育児に関する相談に、保健師、管理栄養士、歯科衛生士、助産師がお答えします。 *母乳相談（午後のみ）、栄養相談、歯科相談も随時受け付けます。
<b>離乳食講習（前期）</b> Curso para Alimentação de Bebês	[日 時] 4月13日（木） [持ち物] 母子手帳 [受 付] 午後0時45分～1時	[対象] 乳児のある人 [内容] 離乳食の前期の講習と相談および試食
<b>パパママクラス プレママ栄養コース</b> 要予約・電話可 Curso para Papai e Mamãe	[日 時] 4月27日（木） [場 所] 保健センター [持ち物] 母子手帳、配布物を入れるカバン、エプロン、三角巾 [受 付] 午後1時15分～	[対 象] 安定期に入った妊婦（先着16人・要予約） [内 容] ママの食事について、妊娠中から産後にお勧めのおやつ作り体験、交流会
<b>マタニティクラス （母子手帳交付）</b> Emissão da caderneta materno infantil (Boshi Techo)	[日 時] 毎週火曜日・木曜日（ただし祝休日を除く） [持ち物] 妊娠届出書、通知カードまたはマイナンバーカード（個人番号カード）、本人確認ができるもの [受 付] 午前9時50分～10時 ※説明は午前10時から集団形式で行います。（終了までに1時間程度がかかります。）	[内容] 母子手帳、受診票の使い方、個別健康相談 交付時に妊娠届出アンケートによる健康相談を全ての人に実施します。時間にゆとりを持ってお越しください。 火曜日は、ポルトガル語の通訳さんがいます。（Há interprete nas terças-feiras.）
<b>おっぱい相談</b> CONSULTA SobRe AMAMENTAÇÃO	[日 時] 毎週火曜日・木曜日（ただし祝休日を除く） 午前11時～正午 [持ち物] 母子手帳、授乳に必要なもの	[対象] おおむね6か月までの乳児のある人 [内容] 授乳についての相談。お子さんと一緒に来所してください。事前予約が必要です。 注：医療行為はできません。医療機関受診をお勧めする場合があります。

※保健センターでは毎週火曜日9時30分～15時30分はポルトガル語の通訳がいます。  
 HÁ TRADUTORA TODAS TERÇAS-FEIRAS PÁS 9:30hs-15:30hs