

乳幼児健診 所・問 保健センター ☎82-8211

3・4か月児健診	こんにちは赤ちゃん訪問時に案内済み。 4か月に入っても通知がない人、市外から転居してきた人はご連絡ください。
1歳6か月児健診	対象児に個別通知済み。1歳7か月に入っても通知がない人はご連絡ください。
3歳児健診	対象児に個別通知済み。3歳1か月に入っても通知がない人はご連絡ください。

子育て掲示板

- 児童センター**
18歳未満の子どもは誰でも遊ぶことができます♪
- 子育て支援センター**
いろいろな育児講座を実施しています♪



母子相談など 所・問 保健センター ☎82-8211 ※電話相談は随時受け付けています。

相談など	時・持	対・定・その他
育児相談 [要申込]	時 3月11日(月) [幼児受付]午前10時から [乳児受付]午後1時から 持 母子健康手帳、バスタオル	※個別で対応します。参加希望者は事前に申込みが必要です。 ※右のQRコードからお申込みください。
離乳食講習 [要申込]	時 前期 3月15日(金) 後期 3月12日(火) いずれも午後1時~2時30分 持 母子健康手帳、バスタオル	対 前期 生後4か月~7か月頃の乳児の保護者 後期 生後8か月以降の乳児の保護者 定 25組(先着順) ※右のQRコードからお申込みください。
マタニティ クラス (母子手帳 交付)	時 毎週火・木曜日(祝休日を除く) [受付]午前9時30分~10時 ※指定日時に来所できない場合はご連絡ください。 持 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、妊婦本人名義の振込先金融機関口座がわかるもの(キャッシュカード、通帳など)	交付時に妊娠届アンケートによる健康相談を全ての人に実施します。にじいろニコニコ出産応援金についてご案内します。時間にゆとりをもってお越しください。 (初妊婦は説明に1時間程度かかります。)
おっぱい 相談 [要申込]	時 月~金曜日 時間は要相談(祝休日を除く) 持 母子健康手帳、バスタオル、授乳に必要なもの	対 おおむね6か月までの乳児の母親 ※お子さんと一緒に来所してください。 ※医療行為はできません。医療機関受診をすすめる場合があります。
歯☆ぴか 健診	時 3月4日(月) [受付] 午後1時20分~2時 持 母子健康手帳、歯ブラシ、バスタオル、フッ化物塗布費用300円	内 歯科健診、歯科相談、フッ化物塗布 対 2歳児 乳歯のときからむし歯予防の習慣をつけることは、永久歯をむし歯から守ることにつながります。

イベント・検査

内容	日時・場所 問 保健センター (☎82-8211)
健康ボランティアウォーキング	3月 5日(火) 八橋かきつばたと東海道松並木歩き (4.7km) 3月19日(火) 明治用水緑道(東井筋線)と万歩計計測歩き (4.7km) いずれも午前9時20分保健センター集合 ※両日とも電車運賃が必要です。
内容	日時・場所 問 衣浦東部保健所 (☎21-4778)
エイズ(HIV)・肝炎・梅毒検査 骨髄バンクドナー登録(要予約)	3月5日(火)、12日(火)、19日(火) 午前9時~11時 ※HIV・梅毒は無料匿名検査可。証明書が必要な場合は有料。 ※肝炎は無料記名検査。証明書の発行不可。 ☎21-4797 ※詳細は電話でお問合せください。
夜間エイズ(HIV)梅毒検査	3月4日(月)、18日(月)午後6時~7時 ※無料匿名検査 ☎21-4797 ※詳細は電話でお問合せください。
検便・水質・食品検査(有料)	☎21-9353 ※詳細は電話でお問合せください。



風しん追加的対策・風しん第5期定期予防接種終了について

令和7年2月末で、公費で受けられる期間が終了します。クーポンをまだ使用していない人は早めにご利用ください。

対 昭和37年4月2日~昭和54年4月1日生まれの男性

※クーポン未使用者へは、令和6年3月に再度クーポンを発送予定です。

※過去に知立市風しんワクチン(任意) 予防接種助成事業で風しんまたはMRワクチンを接種された人は除きます。

¥ 無料(必ずクーポン券、本人確認書類を持参ください。)

詳細は、市ホームページまたはクーポン券に同封する案内でご確認ください。

問 保健センター(☎82-8211)



▲市ホームページ





ひとりじゃないよ。ひとりにしないよ。 3月は自殺対策強化月間です。

問 保健センター(☎82-8211)

3月は「自殺対策強化月間」です。季節の変わり目は環境の変化などでストレスを感じやすい時期です。あなたの周囲に悩んでいる人はいませんか。自殺に傾く人は言葉や行動、心身の不調など何らかのサインを発していることがあります。いつもと違うなと感じたら、「どうしたの?」と声をかけてください。あなたの周りの大切ないのちをみんなで守りましょう。

「こころの体温計」で自分や家族の心の状態や睡眠状態等をチェックしてみませんか? 下のQRコードから、または「知立市 こころの体温計」で検索して下さい。

こころの体温計♡試してみませんか?

知立市 こころの体温計 **検索**

<https://fishbowlindex.jp/chiryu/>

携帯・スマホはこちらから→

<p>本人モード ストレス度・落ち込み度のチェックができます</p> <p>ご本人の健康状態や人間関係、住環境などの4択式の質問回答していただくと、ストレス度や落ち込み度が、水槽の中で泳ぐ金魚、猫などの絵になって表示されます。</p> <p>本人モード 結果画面(例)</p>	<p>楽観主義のすすめ「こころのエンジン」</p> <p>悲観的に考えがちな方に「楽観主義」をお勧めします。</p>	<p>家族モード</p> <p>あなたの大切な方の心の健康状態が分かります。</p>
<p>睡眠障害を確認するチェックリスト</p> <p>よく眠れていますか? 健康のためには、睡眠はとても大切です。</p>	<p>赤ちゃんママモード</p> <p>赤ちゃんのママの心の健康状態をチェックします。</p>	<p>アルコールチェックモード</p> <p>アルコールと心の関係は? 自らの飲酒について考えてみませんか?</p>
<p>いじめのサイン「守ってあげたい」</p> <p>いじめられている本人、子どもの保護者の方に。いじめは、早目の対応を。</p>		
<p>ストレス対処タイプテスト</p> <p>あなたのストレス対処法はどのタイプ?</p>		

◆悩みやストレスを抱える人への相談窓口(一部) ※詳細は保健センターへお問合せください。

こころの健康相談	医師による相談(面接/月1回/要予約) 保健師による相談(電話や面接/平日午前8時30分~午後5時15分)	保健センター(☎82-8211)
	電話や面接相談(面接は要予約) 平日午前9時~正午、午後1時~4時30分	衣浦東部保健所健康支援課 こころの健康推進グループ(☎21-9337)
あいこころほっとライン365	電話相談 毎日午前9時~午後8時30分	県精神保健福祉センター(☎052-951-2881)
24時間子どもSOSダイヤル	電話相談 毎日24時間対応	文部科学省(☎0120-0-78310)



令和6年度 高齢者用肺炎球菌ワクチン[定期]予防接種のお知らせ

肺炎球菌性肺炎は成人肺炎の25~40%を占め、特に高齢者での重篤化が問題になっています。早めに予防接種を受けることで肺炎になる危険を減らすことが可能です。令和6年度から、高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種の対象者が変更になります。接種対象者には、誕生日の翌月上旬ごろに予診票兼接種券を個別に通知します。

対 知立市に住民登録があり、次のいずれかに該当する人

- ①65歳の人
 - ②60歳以上65歳未満の人で心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障がい有する人
- ※過去に肺炎球菌の予防接種(23価肺炎球菌莢膜ポリサッカライドワクチン・ニューモバックスNP)を受けている人は[定期]予防接種の対象になりません。必ず自身の接種歴をご確認ください。

¥ 2,500円

※市民税非課税世帯(住民票上の世帯全員が非課税)の人および生活保護世帯の人は接種費用が免除されます。接種前に保健センターで申請が必要です。

その他詳細は、市ホームページまたは対象者へ通知しているご案内をご確認ください。

問 保健センター(☎82-8211)



市ホームページ▶

