3月 健康ガイド

保健センター
☎82-8211

成人保健

	日時（場所：保健センター）	対象・内容など
健康ボランティアウォーキング	［日　時］3月7日（火）、22日（水） ［集　合］午前9時20分に保健センター	7日 高岡公園と逢妻女川遊歩道歩き（6.6km） 22日 明治用水緑道（東井筋線）と万歩計歩数計測歩き（4.7km） ※両日とも電車運賃が必要です。 ※22日は万歩計をお持ちの方は、万歩計をお持ちください。
こころの健康相談（要予約・電話可）	［日　時］3月14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
エイズ(HIV)検査	［日　時］毎週火曜日（28日を除く）　午前9時～11時 3月6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。
肝炎検査	［日　時］毎週火曜日（28日を除く）　午前9時～11時	［費用］無料　検査結果は約1週間後。
栄養相談(要予約)	［日　時］3月8日（水）　午前9時～11時30分	［費　用］無料　☎21-9338
歯科相談(要予約)	［日　時］3月8日（水）　午前9時～11時30分	［費　用］無料　☎21-9338
こころの健康医師相談(要予約)	［日　時］3月7日（火）　午後2時～4時	［費　用］無料　☎21-9337
骨髄バンクドナー登録(要予約)	［日　時］毎週火曜日（28日を除く）午前9時～11時	［費　用］無料　☎21-4797
梅毒検査	［日　時］毎週火曜日（28日を除く）　午前9時～11時	［費　用］有料　☎21-4797　結果は約1週間後
検便・井戸水検査等	［日　時］試験検査課へお問合せください	［費　用］有料　☎21-9353

肺炎球菌ワクチン接種はお済みですか？

平成28年度成人用肺炎球菌［定期］予防接種の接種期限は平成29年3月31日までです。対象の人（過去にこのワクチンを受けている人は除く）で、まだ接種していない場合は期限内に接種してください。定期接種対象者（右表）には7月に予防接種予診票を発送しています。60歳以上65歳以下で一定の障がいのある人は対象になる場合があります。

また、定期接種の対象外で接種日において65歳以上の人は任意接種助成の対象です。（過去5年以内に予防接種を受けたことがある人は任意接種助成の対象者にはなりません。）任意接種助成を受けるためには事前に保健センターでの申請が必要です。

	平成28年度定期接種対象者
65歳	昭和26年4月2日生～昭和27年4月1日生
70歳	昭和21年4月2日生～昭和22年4月1日生
75歳	昭和16年4月2日生～昭和17年4月1日生
80歳	昭和11年4月2日生～昭和12年4月1日生
85歳	昭和6年4月2日生～昭和7年4月1日生
90歳	大正15年4月2日生～昭和2年4月1日生
95歳	大正10年4月2日生～大正11年4月1日生
100歳	大正5年4月2日生～大正6年4月1日生

※上記対象者が定期接種できるのは平成29年3月31日までです。

▶問合せ　保健センター（☎82-8211）

子どもの予防接種週間

3月1日～7日までは子どもの予防接種週間です。4月からの入園・入学に備えて、必要な予防接種を済ませ、病気を未然に防ぎましょう。

予防接種に関することで不明なことがありましたら、保健センターまでご連絡ください。

▶問合せ　保健センター（☎82-8211）

予防接種

	種　類	対象児	発送日（3月初旬）・注意事項
個別接種 ●予診票のない人、有効期限のきれ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。 ★こんにちは赤ちゃん訪問がすでに終わった人で対象となる人には案内を送付済
	小児用肺炎球菌	生後2か月～5歳未満（1～4回）	
	4種混合1期初回（3種混合+不活化ポリオ）	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	
	水痘	満1歳～3歳未満	
	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期追加※	1期3回目接種後おおむね1年後（7歳6か月未満）	平成28年2月に1期初回3回目終了者に送付（平成26年4月生以前の人）
	不活化ポリオ追加	1期3回目接種後おおむね1年後（7歳6か月未満）	平成28年2月に1期初回3回目終了者に送付
	日本脳炎1期初回	満3歳～7歳6か月未満	平成26年2月生まれの人に送付
	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）	平成28年2月に1期初回2回目終了者に送付
	MR2期	就学前の1年間	公費接種できる期限は平成29年3月31日までです。
	日本脳炎2期	9歳～13歳未満	対象となる人は保健センターまでお問合せ下さい。
	日本脳炎2期（特例）	平成10年4月2日～平成11年4月1日生まれ	対象となる人に送付済
	2種混合	11歳～13歳未満	小学6年生のうちに接種しましょう

※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。
○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。
○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合せください。
○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市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
3・4か月児健診 Exame de Saúde para Crianças de 3 e 4 meses	［健診日］3月7日（火）、14日（火）、21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。
1歳6か月児健診 Exame de Saúde para Crianças de 1 ano e 6 meses (1 ano e meio)	［健診日］3月8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。 ＊フッ化物塗布（希望者）：個人負担金300円
3歳児健診 Exame de Saúde para Crianças de 3 anos	［健診日］3月1日（水）、22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。
育児相談 Consultas sobre Educação Infanti	［相談日］3月13日（月）　［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、歯科相談も随時受付けます。**
離乳食講習（後期） Curso para Alimentação de Bebês	［日　時］3月2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］離乳食の後期の講習と相談および試食、歯の話
パパママクラス 楽しく子育てコース 要予約・電話可 Curso para Papai e Mamãe	［日　時］3月9日（木） ［場　所］中央子育て支援センター ［持ち物］母子手帳、お茶、配布物を入れるカバン ［受　付］午後1時～	［対　象］安定期に入った妊婦とその家族（先着20人・要予約） ［内　容］妊娠期から産後の生活についての講話、赤ちゃんのだっこ体験、子育て支援センターの見学、交流会
マタニティクラス（母子手帳交付） 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.）
おっぱい相談 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。
歯☆ぴか健診（2歳児フッ化物塗布）	［日　時］3月6日（月） ［持ち物］母子手帳、歯ブラシ ［受　付］午後1時～1時20分	［対　象］2歳児 ［内　容］歯科健診、歯科相談、フッ化物塗布 ［費　用］300円

※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。
HÁTRAdUTORA TOdAs TERÇÁS-FEPRÅS PÁS 9:30hs-15:30hs