

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] 4月17日(火) [集 合] 午前9時20分 保健センター	知立三弘法めぐり(宝蔵寺・了運寺・慈眼寺)(4.2Km)
こころの健康相談(要予約・電話可)	[日 時] 4月9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（23・30日を除く）午前9時～11時 第3月曜日 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（23、30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] 4月10日(火) 午前9時～11時30分	[費 用] 無料 ☎21-9338
歯科相談(要予約)	[日 時] 4月10日(火) 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] 4月16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（23・30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（23・30日を除く）午前9時～11時	[費 用] 有料 ☎21-4797 検査結果は約1週間後
検便・水質・食品検査	[日 時] 試験検査課へお問合せください。	[費 用] 有料 ☎21-9353

健(検)診 知立市では、がんの予防・早期発見のため、健康増進法に基づくがん検診を実施します。

★平成31年度の健(検)診予定につきましては、今号の折込みチラシの事業日程表をご確認ください。

健康ボランティアウォーキング

一緒にウォーキングしませんか～健康ボランティアがサポートします！

新しく出会う人と楽しくお話ししながら一緒に歩きませんか。一人での参加も大歓迎です。健康ボランティアがしっかりサポートします。

- ▶とき・コース 下表のとおり（午前9時集合、午前中終了）
- ▶集合場所 保健センター
- ▶参加費 無料（下表○印は運賃が必要です。）
- ▶持ち物 飲み物、帽子など
- ▶申込み 不要
- ▶問合せ 保健センター（☎82-8211）



○健康ボランティアとは？

ウォーキングに関する知識・技術を取得したボランティア会員の皆さんです。健康増進を目的としたウォーキング活動を行っています。

と き	コース	距 離	運 賃
4月17日(火)	知立三弘法めぐり（宝蔵寺・了運寺・慈眼寺）	4.2km	
5月7日(火)	明治用水緑道（西井筋）と宿場散歩みち	4.3km	
5月15日(火)	八橋かきつばたと鎌倉街道史跡めぐり	4.2km	○
6月4日(火)	知立花しょうぶと逢妻川健康のみち歩き	4.8km	
6月19日(火)	知立神社のルーツをめぐる	5.0km	
9月3日(火)	健康ウォーキング講習会（保健センターにて）		
9月18日(火)	竜北中学校と山屋敷うらみち歩き	5.1km	
10月1日(火)	福祉体育館・知立公園と逢妻川健康のみち歩き	5.0km	
10月16日(火)	福祉の里ハツ田“水と緑”鯉の散歩みち歩き	6.8km	

予防接種

20歳未満の定期予防接種について（接種場所：市内指定医療機関）

- ・予防接種手帳または予診票と、母子健康手帳を必ず持参してください。
- ・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すべての予防接種予診票を渡しています。
- ・市内指定医療機関は、予防接種手帳、案内文をご覧ください。
- ・転入などで予防接種手帳や予診票のない場合は、保健センターへ連絡してください。
- ・里帰り出産や長期入院などやむを得ない理由で市内での接種が困難な人や、市外でのかかりつけ医で接種を希望する人は、事前に手続きが必要です。保健センターにお問合せください。
- ・13歳未満は原則保護者同伴ですが、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。）

【乳幼児期の接種】接種方法等は、予防接種手帳や案内文をご覧ください。

名称	対象	名称	対象	名称	対象
ヒブ	生後2か月～5歳未満	BCG	生後5か月～1歳未満	日本脳炎1期	3歳の誕生日～7歳6か月未満
小児用肺炎球菌	生後2か月～5歳未満	MR（麻しん風しん）1期	1歳の誕生日～2歳未満（1歳児）		
B型肝炎	生後2か月～1歳未満	MR（麻しん風しん）2期	H25年4月2日～H26年4月1日生まれ（年長児）	不活化ポリオ	生後3か月～7歳6か月未満 ※4種混合を接種する場合は、不活化ポリオは接種しません。
4種混合（ジフテリア、百日せき、破傷風、不活化ポリオ）	生後3か月～7歳6か月未満	水痘（水ぼうそう）	1歳の誕生日～3歳未満		

【その他の接種】案内文をご覧ください。

名称	対象	注意事項
日本脳炎2期	①H19年4月1日生まれ～20歳未満の人 ②H21年4月2日～H22年4月1日生まれの人（小学4年生）	小学4年生の人には5月上旬に予診票を発送予定です。接種期限は、①の人は20歳未満まで、②の人は13歳未満までです。
日本脳炎1期特例	①H19年4月1日生まれ～20歳未満の人 ②H19年4月2日～H21年10月1日生まれの人	この対象の人は、1期の接種が完了していない場合があります。不足分を①の人は20歳未満まで、②の人は9歳～13歳未満まで、定期接種として受けられますので、該当する人は保健センターへご連絡ください。
2種混合2期（ジフテリア、破傷風）	H19年4月2日～H20年4月1日生まれの人（小学6年生）	予診票は6月下旬に発送予定です。接種期限は13歳未満ですが、なるべく小学6年生の間に接種しましょう。
子宮頸がん	小学6年生～高校1年生	現在、接種の積極的な勧奨は差し控えています。接種を希望する場合は、ワクチンの有効性とリスクを理解したうえで、接種してください。

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] 4月5日(金)・12日(金)・19日(金) [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] 4月10日(火) [受 付] 午後1時～1時30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] 4月16日(火) [受 付] 午後1時～1時30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 Infantil	[相談日] 4月8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 も随時受け付けます。
離乳食講習（前期） Curso para Alimentação de Bebês	[日 時] 4月11日(水) [持ち物] 母子手帳 [受 付] 午後0時45分～1時	[対 象] 乳児がいる人 [内 容] 離乳食の前期の講習と相談および試食
パパマクラス プレママ栄養・ヨガコース 要予約(電話可) Curso para Papai e Mamãe	[日 時] 4月15日(月) [場 所] 保健センター [持ち物] 母子手帳、ヨガマット（ない場合はバスタオル可）、バスタオル1枚、飲み物、配布物を入れるカバン、筆記用具 [受 付] 午後1時15分～1時30分	[対 象] 安定期に入った妊婦（先着15人・要予約） [内 容] マタニティヨガの体験と妊娠中からの産後ママの食事について（試食あり） 注：参加前に主治医に参加の許可を取ってください。当日、妊婦本人の同意書の記入が必要です。張り止め薬を服用中の人や体調が悪い人は参加を見合わせていただく場合があります。
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・木曜日（ただし祝休日を除く） [受 付] 午前9時50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	[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ください。 ※説明に1時間程度かかります。（初妊婦のみ）
おっぱい相談 要予約(電話可) CONSULTA SobRe AMAMENTAÇÃO	[日 時] 毎週月～金曜日（ただし祝休日を除く） 午前10時～11時30分 [持ち物] 母子手帳、授乳に必要なもの	[対 象] おおむね6か月までの乳児がいる人 [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。 注：医療行為はできません。医療機関受診をおすすめする場合があります。