

2020年度 保健衛生カレンダー

お問い合わせ先 十和田市保健センター

(健康増進課) 51-6790
 51-6791
 51-6792
 (子育て世代親子支援センター) 51-6797

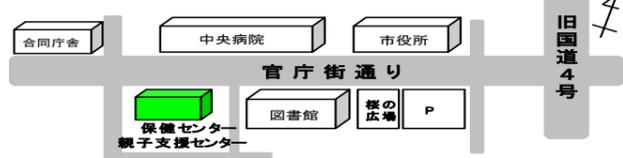
月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
4月				土	日						土	日		4か月健診	1歳半健診	2歳児健診		土	日			3歳児健診	マミーサロン			土	日			祝		4月	
5月		土	日	祝	祝	祝	マミーサロン			土	日	マミーサロン	4か月健診	婦人科検診			土	日	マミーサロン			早期健康診査			マミーサロン	3歳児健診	1歳半健診	2歳児健診		土	日	5月	
6月	マミーサロン		婦人科検診			土	日	婦人科検診	マミーサロン	4か月健診		栄養相談		早期健康診査			土	日			3歳児健診	1歳半健診	2歳児健診			土	日			6月			
7月		早期健康診査		土	日	マミーサロン	4か月健診	早期健康診査			土	日	マミーサロン	早期健康診査			土	日	マミーサロン	早期健康診査			祝	祝	土	日	マミーサロン	早期健康診査			7月		
8月	土	日	マミーサロン	早期健康診査			土	日	祝	4か月健診	早期健康診査			土	日	マミーサロン			婦人科検診			土	日	マミーサロン	3歳児健診	1歳半健診	2歳児健診			土	日	8月	
9月		マミーサロン	4か月健診			土	日	マミーサロン	4か月健診		婦人科検診		早期健康診査	婦人科検診	早期健康診査			土	日	祝	祝	1歳半健診	2歳児健診			土	日				9月		
10月			土	日	マミーサロン	4か月健診	婦人科検診			土	日	マミーサロン	早期健康診査				土	日	マミーサロン	3歳児健診	1歳半健診	2歳児健診			土	日					10月		
11月	日	マミーサロン	祝		土	日	マミーサロン	4か月健診	1歳半健診	2歳児健診			土	日	マミーサロン	3歳児健診			婦人科検診			土	日	祝			土	日	マミーサロン			11月	
12月				土	日	マミーサロン	4か月健診	1歳半健診	2歳児健診			土	日	マミーサロン	3歳児健診				土	日						土	日			休	休	休	12月
1月	祝	休	休	マミーサロン			土	日	祝	4か月健診	1歳半健診	2歳児健診			土	日	マミーサロン	3歳児健診					土	日	マミーサロン							1月	
2月		マミーサロン	3歳児健診	婦人科検診			土	日	マミーサロン	4か月健診	1歳半健診			土	日	マミーサロン						土	日	祝			土	日				2月	
3月		マミーサロン	3歳児健診	婦人科検診			土	日	マミーサロン	4か月健診	1歳半健診	2歳児健診			土	日	マミーサロン			祝		マミーサロン	3歳児健診				土	日				3月	

種類	受付時間	内容等	実施場所
パパママ教室	土曜 18:00～ 日曜 9:30～ (要予約)	●赤ちゃんのお風呂の入れ方 ●妊婦体験 ●交流会 ※開催は土曜日18:30～20:30、日曜日10:00～12:00となります。	市民交流 プラザ タワー
ほっとマミーサロン (対象:妊娠を考えた女性 妊娠と生後1か月前までの育児にまつ 保護者等)	13:20～13:30 (要予約) 13:30～ (予約不要)	コース別にテーマを設けた講座と交流会(テーマは広報等をご覧ください) ●産前産後ケアコース(女性限定) 13:30～15:30 ●ベビーケアコース●親子ふれあいコース 自由交流解放日 13:30～15:30 ●なごみコース(乳幼児を持つ家族も利用可、セルフで身体計測ができます)	十 和 田 市 保 健 セ ン タ ー
乳幼児相談	※個別にお知らせ しています	●発達相談 ●育児の相談 ●離乳食・幼児期の栄養相談 ※希望される場合は保健センターにお申込みください。	
子どものこころの相談	※個別にお知らせ しています	対象:小学生～高校生と保護者 ※希望される場合は保健センターにお申込みください。	
4か月児健康診査 (対象:満4か月に達する乳児)	12:30～13:00 (月1回)	●身体計測 ●発育・発達の観察 ●離乳食講話 ●小児科診察 ●個別相談 ※問診票、バスタオルをご持参ください。	
1歳6か月児健康診査 (対象:1歳6か月児)	12:30～13:00 (月1回)	●身体計測 ●発育・発達の観察 ●歯科講話 ●親子遊び ●口腔歯科診察 ●小児科診察 ●個別相談 ※問診票、歯ブラシをご持参ください。	
2歳児発達健康診査 (対象:2歳6か月児)	12:30～13:00 (月1回)	●身体計測 ●発育・発達の観察 ●歯科講話 ●親子遊び ●口腔歯科診察 ●フッ素歯面塗布(希望者) ●個別相談 ※問診票、歯ブラシをご持参ください。	
3歳児健康診査 (対象:3歳6か月児)	12:00～12:45 (月1回)	●身体計測 ●発育・発達の観察 ●絵本の読み聞かせ ●保健師講話 ●尿検査 ●耳鼻科診察 ●口腔歯科診察 ●小児科診察 ●個別相談 ●問診票・目と耳のアンケート・採尿容器をご持参ください。 (詳細は郵送される説明書をご覧ください。)	

予防接種の種類	対象者	標準的な接種期間	回数	標準的な接種間隔	実施場所	受付時間
ヒブ ※1	生後2か月以上生後60か月に至るまでの間のかた	初回接種が生後2か月から生後7か月に至るまで	3回	27日から56日まで	育成会 内科小児科 21-5558	予約が必要になりますので、必ず事前にご希望の医療機関へ電話等でお問い合わせください。
	生後2か月以上生後60か月に至るまでの間のかた (初回接種(3回)終了後、7か月から13か月までの間隔をおく)		1回			
小児用肺炎球菌 ※1	生後2か月以上生後60か月に至るまでの間のかた	初回接種が生後2か月から生後7か月に至るまで	3回	27日以上あける	十和田東病院 22-5252	のづき 内科小児科 クリニック 20-1880 十和田湖 診療所 75-2254
	生後2か月以上生後60か月に至るまでの間のかた (初回接種(3回)終了後、60日以上の間隔をおく)		1回			
B型肝炎	生後1歳に至るまでの間のかた	生後2か月から生後9か月	2回	27日以上あける	西コミュニティセンター (旧ふるさと皆館)	●上記に記載がない実施日はすべて十和田市保健センターとなります。
			1回	1回目終了後から139日以上あける		
四種混合 ※2	生後3か月から生後90か月に至るまでの間のかた	生後3か月から生後12か月	3回	20日から56日まで	西コミュニティセンター (旧ふるさと皆館)	●上記に記載がない実施日はすべて十和田市保健センターとなります。
	生後3か月から生後90か月に至るまでの間のかた (1期初回接種(3回)終了後、6か月以上の間隔をおく)		1回	1期初回(3回)終了後12か月から18か月		
BCG	生後1歳に至るまでの間のかた	生後5か月から生後8か月	1回		西コミュニティセンター (旧ふるさと皆館)	●上記に記載がない実施日はすべて十和田市保健センターとなります。
			1回			
麻しん・風しん混合 ※3	生後12か月から生後24か月に至るまでの間のかた	生後5か月から生後8か月	1回		西コミュニティセンター (旧ふるさと皆館)	●上記に記載がない実施日はすべて十和田市保健センターとなります。
	5歳以上7歳未満のかたで、小学校就学の始期に達する日の1年前の日から当該始期に達する日の前日までの間のかた		1回			
水痘	生後12か月から生後36か月に至るまでの間のかた	生後12か月から生後36か月	1回	1回目終了後6か月から12か月	西コミュニティセンター (旧ふるさと皆館)	●上記に記載がない実施日はすべて十和田市保健センターとなります。
	生後12か月から生後36か月に至るまでの間のかた (1回目終了後、3か月以上の間隔をおく)		1回	6日から28日まで		
日本脳炎 ※4	生後6か月から生後90か月に至るまでの間のかた	3歳から4歳	2回		西コミュニティセンター (旧ふるさと皆館)	●上記に記載がない実施日はすべて十和田市保健センターとなります。
	生後6か月から生後90か月に至るまでの間のかた (1期初回接種を終了後標準的には概ね1年おき)	4歳から5歳	1回			
二種混合	11歳以上13歳未満のかた	11歳から12歳	1回		西コミュニティセンター (旧ふるさと皆館)	●上記に記載がない実施日はすべて十和田市保健センターとなります。
			1回			
子宮頸がん予防ワクチン	小学6年生から高校1年生相当の女子	中学1年生	3回			

※1 初回接種開始時の年齢によって接種回数異なりますので、詳細はお問い合わせください。
 ※2 生ポリオワクチン、不活化ポリオワクチンまたは三種混合ワクチンのいずれかをすでに1回以上接種しているかたは、医療機関または保健センターへお問い合わせください。
 ※3 過去に麻しん・風しんにかかったことがある場合でも、麻しん・風しん混合ワクチンを接種することができます。
 ※4 平成12年4月2日～平成19年4月1日生まれのかたは、過去の接種歴に応じて、20歳までに最大4回接種します。
 平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれのかたについても過去の接種歴に応じて13歳までに予防接種を受けられます。
 ●予防接種は年間を通して受けることができます。体調の良い日を選んで受けてください。
 ●予防接種に際しての注意事項などの詳細については、母子健康手帳及び子どもこころの手帳をご覧ください。
 (接種の際は必ず母子健康手帳及び予防接種票をご持参ください)
 ●対象者の欄の「至るまで」、「未満」は、誕生日の前日までを表しますのでご注意ください。
 ●やむを得ない事情がある場合、青森県内の指定医療機関で予防接種を受けることができます。この場合必ず事前に保健センターへお問い合わせください。

●お越しの際は必ず母子健康手帳をご持参ください。
 <十和田市保健センターのご案内>



実施日	場所	実施日	場所	実施日	場所
7月1日～3日	西コミュニティセンター (旧ふるさと皆館)	7月21日	市民の家	8月4日～5日	四和中学校
7月8日～9日	沢田悠学館	7月22日	十和田湖小中学校	8月6日	洞内小学校
7月20日	北野集落センター	7月28日	切田中学校	8月7日	松陽小学校
5月13日	西コミュニティセンター (旧ふるさと皆館)	7月29日～31日	藤坂小学校	8月12日	深持小学校
10月8日	西コミュニティセンター (旧ふるさと皆館)				

●献血のご案内【全血献血(通常の献血)】
 対象者: 16～69歳の輸血歴のないかたで、献血する72時間(3日)前に服薬していないかた
 (ただし、65歳以上のかたは、60～64歳の間に献血の経験のあるかたが対象)
 場所: 各事業所
 所用時間: 40分程度

●中央病院メンタルヘルス科医師によるこころの相談
 こころの悩みを抱えている、眠れない、お酒がやめられない、体の不調が続いているかたや
 家族等を対象に、1人30分程度、個別相談を実施します。希望するかたは、事前にお問い合わせください。

●栄養相談
 妊婦さんから子どもや大人までを対象に、食事に関する相談を実施しています。
 希望するかたは、2日前までに予約してください。

●子育て世代親子支援センターでの相談
 ●母子健康手帳交付
 ●妊娠・出産・産後・育児に関する相談
 ●子どもに関する家庭全般の相談