



## 3月の健康カレンダー



### 乳幼児健診・母子健康相談

▶問診票・母子健康手帳を持参してください。

内容	受付時間	ところ・問い合わせ
◆4か月児健診 健診日までに満4か月に達する乳児	10日(火) 12:15~12:45 ※バスタオル持参	保健センター 問健康増進課 ☎⑤6792
◆1歳6か月児健診 平成25年9月生まれの幼児	18日(水)※歯ブラシ持参 12:15~12:45	
◆2歳児発達健診 平成24年9月生まれの幼児	19日(木)※歯ブラシ持参 12:15~12:45	
◆3歳6か月児健診 平成23年9月生まれの幼児	17日(火) 12:15~12:45	
◆幼児相談 言葉など子どもの発達の心配や子どもへの接し方がわからないなど悩みがある親子	5日(木)9:30~ ※要予約	
◆母親教室 妊婦のかた ※保育が必要なかたは1週間前までに申し込みください	12日(木) 12:30~13:00	

※2歳児発達健診は2歳6か月児が対象です。問診票は1歳6か月児健診時に母子健康手帳に挟めて配布しています。  
※発熱や感染症治療中のときは、受診をご遠慮ください。

### 各種相談

内容	受付時間	ところ・問い合わせ
◆こころの相談 心の悩み、不眠、飲酒など気がかりのあるかた、家族	4日(水) 13:30~15:40 ※2日(月)まで要予約	保健センター 問健康増進課 ☎⑤6791
◆栄養相談 市内在住のかた	13日(金) 9:30~13:15~ ※11日(木)まで要予約	
◆療育相談 首すわり・おすわり、歩き始めが遅い気がするなど発育や発達について心配のあるお子さん	18日(水)※要予約 継続のかた ▶9:30~10:30 新規のかた ▶10:30~11:00	上十三保健所 問☎③4261
◆B型・C型肝炎検査 一般のかた	16日(月) 13:00~14:00 ※要予約	
◆精神保健福祉相談 心の悩みや病気に関する相談を希望するかた	18日(水) 13:00~14:00 ※要予約	
◆女性健康相談 思春期や不妊、更年期障害などにお悩みのかた	17日(火) 10:00~10:30	上十三保健所 問☎③8450
◆エイズに関する相談 一般のかた	16日(月) 13:00~14:00 ※要予約	

### 献血のお知らせ 問健康増進課健康管理係☎⑤6790

実施予定日	時間	場所
6日(金)	10:00~12:00	J A十和田おいらせ本店
	13:30~16:00	十和田東病院
17日(火)	9:30~11:30	丸井重機建設(株)
	13:00~16:00	(株)スーパーカケモ西金崎店

助成期限は3月31日

## 予防接種をしましたか？

### 高齢者肺炎球菌ワクチン

#### ◎対象者

市内に住所のあるかたで、平成26年度中に、65、70、75、80、85、90、95、100、101歳以上になり、接種歴のないかた

#### ◎接種費用

2,000円（非課税世帯は無料）



### 来年度小学校へ入学するかたへ

## 麻しん・風しん（第2期）予防接種

進学や就職時に予防接種を受けた旨の証明書の提出を求められることもありますので、3月31日までに忘れずに麻しん風しん予防接種を受けましょう。

#### ◎対象者

平成20年4月2日~平成21年4月1日生まれのかた

#### ◎持参するもの

- ▶母子健康手帳
- ▶予診票（「子どもすこやか手帳」内）

問健康増進課健康管理係☎⑤6790

## 十和田市相談窓口ガイドブックを活用しましょう

あなたの身近に悩みや問題を抱えてつらい思いをしているかたはいませんか？

相談窓口ガイドブックの改訂版が平成27年1月に完成しました。

どこに相談したらよいかわからないときなどに活用してください。

#### ◎設置場所

保健センター・公共施設、医療機関など

#### ◎掲載情報

こころやからだの悩み、子育て・子どもの発達、借金や財産、犯罪・いじめ・非行、労働、離婚などについての相談機関

※市ホームページにも掲載しています。

問健康増進課保健相談係☎⑤6791

