

# ほけんのページ

## 10月の健康カレンダー

10月はがん検診受診率50%に向けた集中強化月間です  
 ◆市の検診がパソコン、スマートフォンからも予約できます。



十和田市 検診

検索

### ●乳幼児健診など

▶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	6日(火) 時間は個別通知します ※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31年4月生まれの幼児	21日(水) 時間は個別通知します ※フェイスタオル持参	
◆2歳児発達健診 平成30年4月生まれの幼児 ★歯科診察で「フッ化物歯面塗布」を実施しています。	22日(木) 時間は個別通知します ※フェイスタオル持参	
◆3歳児健診 平成29年4月生まれの幼児	20日(火) 時間は個別通知します ※フェイスタオル持参	
◆乳幼児相談 子どもの成長発達の心配や接し方、栄養面など悩みがある0歳から就学前の子と保護者	29日(木)9:20~ ※前日までに要予約	
◆子どものこころの相談 小・中・高校生	15日(木)14:00~ ※7日(水)までに要予約	
◆ほっとマミーサロン 妊婦と生後8か月までの乳児をもつお母さんとお父さん ※産前産後ケアコースは女性限定 ※開催日の1か月前から予約を受け付けします。	いずれも 13:15~15:30 ◆産前産後ケアコース 12日(月)「骨盤ケア」 11月9日(月)「スキンケア」 ◆ベビーケアコース 5日(月) 「ベビースキンケア」 11月2日(月)「ベビー計測」 ◆親子ふれあいコース 19日(月)「エプロンシアター」	

※1歳6か月児・2歳児・3歳児健診の対象者は、歯みがきを済ませてから受診してください。  
 ※発熱や体調不良のときは、翌日以降に受診してください。  
 ※新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、日程が変更となる場合があります。

### ●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、もの忘れ、お酒のことなど気がかりのある人・家族	11月4日(水) 14:00~15:00 ※11月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 栄養・食生活に関する相談を希望する人	11月5日(木) 9:30~13:15~ ※11月2日(月)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の家族	28日(水)※要予約 時間は個別通知します	上十三保健所 問☎③4261
◆もの忘れ相談 もの忘れや認知症の不安がある65歳以上の人・家族	14日(水)、11月11日(水) 14:00~15:00 ※開催日の5日前までに要予約	市役所本館2階会議室2 問高齢介護課 ☎⑤6720
◆B型・C型肝炎検査(※) 過去にB型・C型肝炎ウイルス検査を受けたことがない人	6日(火)、27日(火) ※要予約 13:00~13:30	上十三保健所 問☎③4261
◆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人	22日(木)※要予約 13:00~14:00	市民交流プラザ「タワー」 問健康増進課 ☎⑤6791
◆まちなか健康相談 心や体のことを相談したい人	4日(日)、15日(木) 9:30~15:00	上十三保健所 エイズ専用 問☎③8450

(※)市の健診でも検査ができます。詳しくは健康増進課(☎⑤6790)へお問い合わせください。

### 高齢者のインフルエンザ予防接種(定期接種)

を実施します

対象 本市に住民登録をしている次の人

- ①接種日において65歳以上の人
- ②接種日において60歳以上65歳未満の人で、心臓、腎臓、呼吸器の機能や免疫の機能に障害を持つなど、身体障害者手帳1級相当の人

※10月1日時点で満65歳の人と過去3年間に接種した人には、9月末に予診票を郵送しています。

※①、②以外の方は、市が実施する予防接種の対象とはなりませんので、直接医療機関にお問い合わせください。

期間 10月1日(木)~12月28日(月)

実施場所 市内指定医療機関

費用 1,300円(期間内1回の接種に限ります)

※生活保護受給者や市民税非課税世帯の人は無料です(証明書が必要です)。

持ち物 予診票、保険証

●定期接種対象者が優先的にインフルエンザワクチンを接種できるように、①、②以外の方は10月26日以降の接種にご協力ください。  
 問健康増進課☎⑤6790

### ロタウイルス感染症の予防接種が無料になります

10月1日から、ロタウイルス感染症の予防接種が定期接種となり無料になります。

対象 令和2年8月1日以降に生まれた人

※接種するワクチンの種類により対象年齢・接種回数異なります。詳しくは、お問い合わせください。

実施場所 市内指定医療機関

持ち物 予診票、母子健康手帳

問健康増進課☎⑤6790

### ●献血のお知らせ

問健康増進課☎⑤6790

実施予定日	時間	場所
1日(木)	9:30~11:00	青森県農業共済組合南部支所
	12:30~15:30	十和田東病院
2日(金)	9:30~11:45	青森県トラック協会上十三支部駐車場
	13:00~16:00	
16日(金)	9:30~12:30	十和田第一病院北側駐車場
	14:15~16:00	田中建設㈱
18日(日)	9:30~12:00	南小学校
	13:00~15:00	
24日(土)	10:00~12:00	ユニバース十和田東店
	13:30~16:00	