

# 平成 25 年度十和田市保健衛生カレンダー (保存版)

問保健センター  
☎25 1181・25 1180

## 母子保健

平成25年度から2歳児発達健診を実施します。対象者は2歳6か月に達する幼児です。

実施場所 保健センター ☎6792

区分	4か月児健診	1歳6か月児健診	2歳児発達健診	3歳6か月児健診	母親教室	両親学級
受付時間	12:15~12:45	12:15~12:45	12:15~12:45	12:15~12:45	12:30~13:00	18:00~18:30
4月	9日(火)	10日(水) 平成23年10月生まれ	18日(木) 平成22年10月生まれ	16日(火) 平成21年10月生まれ	25日(木)	
5月	7日(火)	15日(水) 平成23年11月生まれ	9日(木) 平成22年11月生まれ	14日(火) 平成21年11月生まれ		23日(木)
6月	4日(火)	26日(水) 平成23年12月生まれ	27日(木) 平成22年12月生まれ	11日(火) 平成21年12月生まれ	28日(金)	
7月	2日(火)	17日(水) 平成24年1月生まれ	18日(木) 平成23年1月生まれ	9日(火) 平成22年1月生まれ	25日(木)	
8月	6日(火)	21日(水) 平成24年2月生まれ	8日(木) 平成23年2月生まれ	20日(火) 平成22年2月生まれ		29日(木)
9月	3日(火)	18日(水) 平成24年3月生まれ	26日(木) 平成22年3月生まれ	17日(火) 平成22年3月生まれ	12日(木)	
10月	8日(火)	9日(水) 平成24年4月生まれ	31日(木) 平成23年4月生まれ	29日(火) 平成22年4月生まれ	28日(月)	
11月	5日(火)	27日(水) 平成24年5月生まれ	28日(木) 平成23年5月生まれ	19日(火) 平成22年5月生まれ		21日(木)
12月	10日(火)	11日(水) 平成24年6月生まれ	19日(木) 平成22年6月生まれ	17日(火) 平成22年6月生まれ	12日(木)	
平成26年	1月	7日(火)	15日(水) 平成24年7月生まれ	23日(木) 平成23年7月生まれ	21日(火) 平成22年7月生まれ	9日(木)
	2月	4日(火)	12日(水) 平成24年8月生まれ	20日(木) 平成23年8月生まれ	18日(火) 平成22年8月生まれ	13日(木)
	3月	4日(火)	12日(水) 平成24年9月生まれ	20日(木) 平成23年9月生まれ	11日(火) 平成22年9月生まれ	13日(木)
主な内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>離乳食のお話</li> <li>発育、発達の観察</li> <li>小児科診察</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>歯のお話、相談</li> <li>発育、発達の観察</li> <li>歯科診察</li> <li>小児科診察</li> <li>栄養相談</li> <li>親子遊び</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>歯のお話、相談</li> <li>発育、発達の観察</li> <li>歯科診察</li> <li>栄養相談</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>尿検査</li> <li>発育、発達の観察</li> <li>絵本の読み聞かせ</li> <li>耳鼻科診察</li> <li>歯科診察</li> <li>小児科診察</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>医師、助産師などのお話</li> <li>歯科診察</li> <li>栄養、母乳などのグループ学習</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>保健師のお話</li> <li>妊婦疑似体験</li> <li>赤ちゃんのお世話</li> <li>お風呂の入れかた</li> </ul>
持ち物	<ul style="list-style-type: none"> <li>母子健康手帳</li> <li>問診票</li> <li>バスタオル</li> <li>赤ちゃんの必要なもの(ミルク、おむつなど)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>母子健康手帳</li> <li>問診票</li> <li>歯ブラシ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>母子健康手帳</li> <li>問診票</li> <li>歯ブラシ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>母子健康手帳</li> <li>問診票</li> <li>歯ブラシ</li> <li>視力検査、ささやきテストの結果表</li> <li>尿容器</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>母子健康手帳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>母子健康手帳</li> </ul>

- ▶ 4か月児健診の対象者は、健診日までに満4か月に達する乳児です。
- ▶ 両親学級は定員がありますので、事前に保健センターへお申し込みください。
- ▶ 母親教室で保育が必要な場合は、実施日の1週間前までに保健センターにご連絡ください。
- ▶ 乳幼児健診では、事前に番号札を配布していません。お子さんと一緒に受け付けとなりますので、ご注意ください。
- ▶ 保健センター敷地内の駐車場は台数に限りがあります。満車の際は、周辺の駐車場をご利用ください。

### 4月の健康相談

内容	受付時間	ところ・問い合わせ
幼児相談 子どものことば・発達に関する悩み	11日(木)9:30~ ※要予約	保健センター ☎6792
栄養相談	19日(金)※17日(木)まで要予約 9:30~13:15~	保健センター ☎6791
療育相談 子どもの発育や発達について心配がある親子	10日(水)※要予約 継続▶9:30~10:30 新規▶10:30~11:00	上十三保健所 ☎4261
B型・C型肝炎検査	2日(火)・16日(火)※要予約 11:00~11:30	
精神保健福祉相談 心の悩みや病気の相談	17日(水)※要予約 13:00~14:00	上十三保健所 ☎8450
エイズに関する相談	2日(火)・16日(火)※要予約 13:00~14:00	

### 4月の献血 問保健センター ☎1181

実施予定日	時間	ところ
5日(金)	9:30~12:00	市民文化センター
	13:30~16:00	
6日(土)	9:30~11:45	ホームック(株)十和田店
	13:00~16:00	
14日(日)	10:00~11:45	イオンスーパーセンター十和田店
	13:00~16:00	
29日(月)	9:30~12:00	道の駅とわだ・とわだびあ
	13:30~16:00	
15日(月)	9:30~12:00	紺野建設(株)
	13:30~16:00	
22日(月)	9:30~11:00	北里大学学生ホール前
	12:15~16:00	

## 集団健康診査など

■特定健康診査、がん検診(胃、肺、大腸)

実施日	実施場所	
5月 27日(月)~31日(金)	保健センター	
6月 17日(水)~23日(日)		
7月	17日(水)	市民の家
	18日(木)	十和田湖小学校
	23日(火)	洞内小学校
	24日(水)~26日(金)	藤坂小学校
	30日(火)	深持小学校
8月	31日(水)	切田中学校
	1日(木)	旧滝沢小学校
	2日(金)	松陽小学校
	6日(火)	米田集落総合センター
	7日(水)~9日(金)	十和田湖公民館
9月	4日(水)	北野集落センター
	5日(木)・6日(金)	沢田悠学館
10月 1日(火)~4日(金)、21日(月)~27日(日)	保健センター	
11月 11日(月)~15日(金)		
12月 2日(月)~6日(金)、8日(日)		

- ▶ 受付開始時間は午前7時からです。受付終了時間は実施場所によって異なります。
- ▶ 申し込みをしたかたには、健診実施日の1週間前までに受付時間や料金などの詳しい案内を郵送します。

■子宮頸がん検診

実施日	実施場所	
6月	11日(火)	十和田湖公民館
	12日(水)・13日(木)	
7月	11日(木)・12日(金)	保健センター
8月	22日(水)・23日(金)	
9月	10日(火)・11日(水)	
10月	17日(水)・18日(金)	十和田湖公民館
	20日(水)	
11月	21日(木)・22日(金)	保健センター

- ▶ 受付開始時間は正午です。
- ▶ 十和田湖公民館では、同時に乳がん検診を実施します。

### こころの相談

眠れない、集中できない、物忘れが気になる、お酒がやめられないなどこころの悩みを抱えている市民および家族のかたが対象です。メンタルヘルス科医師、精神保健福祉士、保健師が対応します。実施日前々までに予約が必要です。開始時間などの詳細はお問い合わせください。実施場所 保健センター ☎6791

実施日			
4月3日(水)	6月5日(水)	7月3日(水)	8月7日(水)
9月4日(水)	10月2日(水)	11月6日(水)	12月4日(水)
2月5日(水)	3月5日(水)		

## 予防接種

種類	対象者
四種混合 ※1	1期初回 生後3~90月に至るまでのかた
	1期追加 1期初回(3回)を終了し、6月以上経過した生後90月に至るまでのかた
B C G ※2	生後1歳に至るまでのかた(生後5月以降が適切)
麻しん・風しん混合 ※3	1期 生後12~24月に至るまでのかた
	2期 5歳以上7歳未満で、小学校就学年度前1年間のかた
二種混合	11~13歳未満のかた
日本脳炎 ※4	1期初回 生後6~90月に至るまでのかた(3歳以降が適切)
	1期追加 1期初回(2回)を終了し、1年以上経過した生後90月に至るまでのかた
	2期 9~13歳未満のかた
子宮頸がん予防ワクチン ※5	小学6年生~高校1年生相当の女子
ヒブ	初回 生後2~60月に至るまでのかた
	追加 初回(3回)を終了し、7~13月経過した生後60月に至るまでのかた
小児用肺炎球菌	初回 生後2~60月に至るまでのかた
	追加 初回(3回)を終了し、60日以上経過した生後60月に至るまでのかた

「至るまで」は、誕生日の前日まで、「未満」は、誕生日の前々日までを表しますのでご注意ください。

- ▶ 4月から子宮頸がん予防ワクチン、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチンが定期接種となりました。対象となるかたには4月中に案内を郵送します。なお、平成24年度中に配布した予診票は使用できませんのでご注意ください。
- ▶ 予防接種は年間を通して受けることができます。体調の良い日に受けてください。
- ▶ 詳細については、母子健康手帳および子どもすこやか手帳をご覧ください。また、接種の際は必ず母子健康手帳をご持参ください。
- ▶ 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。