

6月の健康カレンダー



●乳幼児健診

▶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	4日(火) 12:15~12:45 ※バスタオル持参	保健センター 健康増進課 ☎⑤6792
◆1歳6か月児健診 平成23年12月生まれの幼児	26日(水)※歯ブラシ持参 12:15~12:45	
◆2歳児発達健診 平成22年12月生まれの幼児	27日(木)※歯ブラシ持参 12:15~12:45	
◆3歳6か月児健診 平成21年12月生まれの幼児	11日(火) 12:15~12:45	

※2歳児発達健診は2歳6か月児が対象です。問診票は子どもすこやか手帳の「2歳6か月児健診問診票」を使用します。

●母親教室 ※保育が必要なかたは1週間前までに申し込みください。

対象	持ち物	受付時間	ところ・問い合わせ
妊婦のかた	▶母子健康手帳	28日(金) 12:30~13:00	保健センター 健康増進課 ☎⑤6792

●各種相談

内容	受付時間	ところ・問い合わせ
◆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	6日(木)9:30~ ※要予約	保健センター 健康増進課 ☎⑤6792
◆思春期相談 思春期の悩みや問題を抱える親子	6日(木)14:00~ ※要予約	
◆こころの相談 心の悩み、不眠、飲酒など気がかりのある市民、家族	7日3日(水) 14:00~15:00 ※7月1日(月)まで要予約	保健センター 健康増進課 ☎⑤6791
◆栄養相談 市内在住のかた	14日(金) 9:30~13:15~ ※12日(木)まで要予約	
◆もの忘れ相談 もの忘れや認知症の不安がある65歳以上の市民、家族	19日(水) 14:00~15:30 ※14日(金)まで要予約	市役所新館3階会議室A 高齢介護課 ☎⑤6720
◆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	26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 ☎③4261
◆B型・C型肝炎検査 一般のかた	4日(火)・18日(火) 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	19日(水)※要予約 13:00~14:00	
◆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	18日(火) 10:00~10:30	
◆エイズに関する相談 一般のかた	4日(火)・18日(火) 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
1日(土)	9:30~12:30	青い森信用金庫十和田営業部
	14:00~16:00	㈱ダイナム十和田店
11日(火)	9:30~11:45	(有)中野自動車
	14:00~16:00	十和田済誠会病院
30日(日)	9:00~12:00	市立南小学校職員玄関前
	13:30~15:00	

さわやか健康講座のお知らせ

「脳ドックのお話
～脳の病気を勉強しましょう～」

脳の病気の早期発見や予防を目的としたドックが注目を浴びています。脳ドックの内容や、何が分かるのかを学んでみましょう。
とき 6月24日(月)午後1時30分~3時
ところ 保健センター
講師 市立中央病院健診センター室長
畑中光昭さん

申し込み期限 6月17日(月)
問健康増進課保健相談係☎⑤6791

風しんを予防しましょう

風しんは、妊娠初期の女性がかかると、胎児が「先天性風疹症候群」という病気にかかり、難聴、先天性心疾患、精神や身体の発達の遅れなどの障害を持って生まれてくる可能性があります。風しんの予防には、予防接種が非常に有効です。

特に、下記のかたで風しんに対する十分な抗体価の確認ができないかたは医療機関に相談しましょう。

- ▶妊婦の夫やその家族
 - ▶妊娠する可能性の高い10代後半から40代の女性
 - ▶産後間もない(産褥早期)の女性
- 問健康増進課健康管理係☎⑤6790



6月はむし歯予防デー



歯と口の健康づくり地域活動の紹介

子どもから高齢者まで歯と口の健康づくりの意識を高めるために、平成24・25年度に法奥小学区をモデル地区に「キラキラ笑顔で歯ッピープロジェクト」という活動を行っています。

平成24年度は、とわだこ中央保育園や法奥小学校の職員や保護者、地域の町内会長や保健協力員、老人クラブ会長などが企画し、地域での健康教室や十和田湖公民館まつりで歯と口の健康に関する展示などを行いました。



公民館まつりで園児や児童らによる絵画や標語の展示
プロジェクトのメンバー。25年度も地域活動から健康の大切さを伝えていきます!

問健康増進課保健指導係☎⑤6792