



5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) 12:00~12:45 ※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26年11月生まれの幼児	18日(水)※歯ブラシ持参 12:00~12:45	
◆2歳児発達健診 平成25年11月生まれの幼児	19日(木)※歯ブラシ持参 12:00~12:45	
◆3歳児健診 平成24年11月生まれの幼児	17日(火) 12:00~12:45	
◆パパ・ママ教室 妊婦とその家族、妊娠・出産・育児の心構え、赤ちゃんふれあい、調理実習	13日(金) 12:30~13:00 ※6日までに要予約	
◆子どものこころの相談 小・中・高校生	12日(木)14:00~ ※6日までに要予約	

※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。

※3歳児健診は3歳6か月児が対象です。
※発熱や感染症治療中のときは、翌日以降に受診してください。
※駐車場は、近隣の有料駐車場をご利用ください。

●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人、家族	6月1日(水) 14:00~15:00 ※30日(月)まで要予約	保健センター 健康増進課 ☎⑤6791
◆栄養相談 市内在住の人	12日(木) 9:30~13:15~ ※10日(火)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歳以上の人、家族	18日(水) 14:00~15:30 ※13日(金)まで要予約	市役所新館3階会議室C 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の家族	25日(水)※要予約 継続の人 ▶9:30~10:30 新規の人 ▶10:30~11:00	上十三保健所 ☎③4261
◆B型・C型肝炎検査 一般の人	10日(火)・17日(火)※要予約 13:00~13:30	
◆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	18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人	19日(木) 10:00~10:30	
◆エイズに関する相談 一般の人	10日(火)・17日(火)※要予約 13:30~14:30	

●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
3日(火)	9:30~11:45	ホームック(株)十和田店
	13:00~16:00	
8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	

健康診査は申し込みましたか？

集団方式（早朝健診・婦人科健診）の日程は、学区や地区ごとに割り振りをしてはいますが、自動的に申し込みにはなりません。

まだ申し込みをしていない人や日程などの確認・変更を希望される人はご連絡ください。

▶3月29日以降に申し込みをした人で、日程などを確認していない人は、お問い合わせください。

▶協会けんぽ・共済組合・健保組合などの被扶養者（40歳以上）の人の特定健診の申し込みは、**青森県総合健診センター☎017-741-2336**になります。

問健康増進課健康管理係☎⑤6790

成人の風しん抗体検査と予防接種

費用を助成します

対象

市内に住所のある次のいずれかの人

- ①妊娠を予定される女性、その夫および同居家族
- ②抗体価の低い妊婦の夫および同居家族

助成内容

- ①風しん抗体検査費用
- ②風しんまたは麻しん風しん混合ワクチン接種費用

※抗体検査を受けて、十分な抗体価がなかった場合に予防接種を行います。

申し込み方法など詳細はお問い合わせください。

問健康増進課健康管理係☎⑤6790

第1回さわやか健康講座

健診センター医師が教えます！

「健診結果」の活用ポイント

健診は「受けた後」がとても重要です。

「結果表のどこに注目すればいい？」「この検査で何が分かるの？」そんな日頃の疑問を解決し、これからの健康管理に役立てる秘訣について学びましょう。

「健康とわだポイントラリーPART3」対象講座です。

とき 6月2日(木) 午後1時30分~3時

※受け付けは午後1時からです。

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 高井哲史医師

申込期限 5月26日(木)



問健康増進課健康づくり推進係☎⑤6791