



10月はがん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間

大切な命を守るため、がん検診を受けましょう

10月の健康カレンダー

●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	10日(火) 12:30~13:00 ※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28年4月生まれの幼児	25日(水)※歯ブラシ持参 12:30~13:00	
◆2歳児発達健診 平成27年4月生まれの幼児	26日(木)※歯ブラシ持参 12:30~13:00	
◆3歳児健診 平成26年4月生まれの幼児	24日(火) 12:00~12:45	
◆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歳から就学前の乳幼児と保護者	23日(月)9:30~ ※前日までに要予約	
◆子どものこころの相談 小・中・高校生	12日(木)14:00~ ※5日(木)まで要予約	市民交流プラザ 「トワレ」 問健康増進課 ☎⑤6792
◆ほっとマミーサロン 妊産婦と生後6か月未満の乳児	16日(月)・30日(月)・ 11月6日(月) 13:30~15:30 ※前日までに要予約	

※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、母子健康手帳に挟んで配布しています。

※3歳児健診は3歳6か月児が対象です。問診票一式は事前に郵送しています。

※発熱や感染症治療中のときは、翌月以降に受診してください。

※保健センター駐車場が満車の場合は、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、もの忘れ、お酒のことなど、気がかりのある人・家族	①4日(水)②11月1日(水) 14:00~15:00 ※要予約 ①2日(月)まで ②10月30日(月)まで	保健センター 問健康増進課 ☎⑤6791
◆栄養相談 市内在住の人	11日(水) 9:30~13:15~ ※6日(金)まで要予約	市役所新館1階 福祉相談室A 問高齢介護課 ☎⑤6720
◆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	
◆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 問☎③4261
◆B型・C型肝炎検査 一般の人	3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	市民交流プラザ「トワレ」 問健康増進課 ☎⑤6791
◆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	
◆まちなか健康相談 心や体のことを相談したい人 ※予約不要、お気軽にどうぞ	6日(金)・15日(日) 9:00~12:00 13:00~15:30	上十三保健所 エイズ専用 問☎③8450
◆エイズに関する相談 一般の人	3日(火)・17日(火)※要予約 13:30~14:30	

10月1日「とわだDE子育て応援ナビ」開始します

内容

- ・保護者がお子さんの生年月日を入力すると、自動的に予防接種スケジュールを作成します(予定変更後も自動調整)。
- ・予防接種日が近づくとメールでお知らせが届きます。
- ・乳幼児健診や相談など、子育てに関する情報にアクセスしやすくなります。

登録方法

- ①スマートフォン、携帯電話、パソコンで
<http://towada.city-hc.jp/>にアクセス
- ②お子さんの生年月日、ニックネームなどを入力して登録

▼登録用

QRコード



問健康増進課母子保健係☎⑤6792

インフルエンザ予防接種を実施します

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、内部障害1級の身体障害者手帳をお持ちの人

※10月1日時点で満65歳の人と過去3年間に接種された人には、予診票を9月下旬に郵送しています。

期間 10月2日(月)~12月28日(木)

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)

持ち物 予診票、健康保険証

問健康増進課健康管理係☎⑤6790

傾聴講座参加者募集

相手の心に耳を傾け、相手が受け止めてもらえたと感じる聴き方について学んでみませんか。

とき 10月28日(土)午前9時~午後4時(昼休憩あり)

ところ 南公民館

定員 50人(先着順)

講師 NPO法人シニアライフセラピー研究所
理事長 鈴木 茂さん

申込期限 10月20日(金)

問健康増進課健康づくり推進係☎⑤6791

●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)	11:00~14:00	DCMホームマック(株)十和田店
	16:00~18:00	十和田工業高校
6日(金)	9:30~11:45	県トラック協会 上十三支部駐車場
	13:00~16:00	
7日(土)	9:30~11:45	ユニバース十和田東店
	13:00~16:00	
14日(土)	9:30~12:00	十和田市中央駐車場 (世界流鏑馬選手権会場近く)
	13:00~15:00	
22日(日)	9:30~12:00	南公民館まつり会場
	13:00~15:00	