

# ほけんのページ

## 12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カ月に達する乳児	11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29年6月生まれの幼児	12日(水)※歯プラン持参 12:30~13:00	
◆2歳児発達健診 平成28年6月生まれの幼児	13日(木)※歯プラン持参 12:30~13:00	
◆3歳児健診 平成27年6月生まれの幼児	18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歳から就学前の子と保護者	25日(火)9:30~ ※要事前予約	
◆子どものこころの相談 小・中・高校生	1月10日(木)14:00~ ※1月4日(金)までに要予約	
◆ほっとマミーサロン 妊婦と生後6カ月未満の乳児を持つお母さん ★サロンの日 (ママ同士の交流)	3日(月)・10日(月)・ ★17日(月)・1月7日(月) 13:30~15:30 ※要事前予約	市民交流プラザ 「タワーレ」 問健康増進課 ☎⑤6792

※2歳児発達健診は2歳6カ月児が対象です。  
 ※3歳児健診は3歳6カ月児が対象です。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。  
 なお、対象月に受診できない場合は保健センターへご連絡ください。  
 ※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	5日(水) 14:00~15:00 ※3日(月)までに要予約	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	19日(水) 9:30~13:15~ ※17日(月)までに要予約	
◆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	12日(水) 14:00~15:30 ※7日(金)までに要予約	市役所新館3階会議室 問高齢介護課 ☎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	19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 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	4日(火)・18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	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人	20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	14日(金) 9:30~15:00	
◆エイズに関する相談 感染の心配やエイズに関する相談を希望する人	4日(火)・18日(火)※要予約 13:30~14:30	上十三保健所 エイズ専用 問☎③8450

◆「とわだDE子育て応援ナビ」を利用しましょう。子どもの予防接種のスケジュール管理や子育て情報を得ることができます。

▼登録用QRコード



とわだ 子育てナビ

検索

### 麻疹(はしか)・風疹の予防接種(無料) 忘れずに2回受けましょう

・麻疹は、免疫のない人が感染すると、脳炎や肺炎を起こし、最悪の場合、死に至るケースもあります。  
 ・風疹は、麻疹よりも症状が軽いですが、大人になってからかかると子どもの時より重症化する傾向があります。

対象者と接種期限

- ▶1期(生後12~24カ月に至るまでの人)  
2歳の誕生日前日まで
- ▶2期(来年度小学校へ入学する人)  
平成31年3月31日まで

問健康増進課健康管理係☎⑤6790



### 高齢者肺炎球菌予防接種を実施しています

高齢者肺炎球菌ワクチンの接種を希望される対象者は、市内指定医療機関で接種しましょう。

#### ◎対象者

市内に住所のある次の①か②に該当する人で、過去に肺炎球菌ワクチンを接種したことがない人

- ①平成30年度中に65、70、75、80、85、90、95、100歳になる人
- ②接種日において60歳以上65歳未満の人で、身体障害者手帳1級(内部障害)の人

◎接種費用 2,000円(非課税世帯、生活保護世帯は無料)

◎接種期間 平成31年3月31日まで

◎持ち物 予診票、健康保険証

問健康増進課健康管理係☎⑤6790

### 12月1日は世界エイズデーです

HIV(ヒト免疫不全ウイルス)感染によるエイズは、感染後の早期発見・治療で発症を抑えることができます。感染が心配な人は早めに検査を受けましょう。

※詳しくは、県庁ホームページ「相談・検査(青森県STOP AIDS)」をご覧ください。

問上十三保健所 エイズ専用☎③8450

### 「妊婦訪問」を実施しています

妊婦さんが安心して出産を迎えられるよう、助産師による家庭訪問を行っています。妊娠中の過ごし方や出産に向けた心構えなど、お気軽に相談ください。

問健康増進課母子保健係☎⑤6792

### ●献血のお知らせ

実施予定日	時間	場所
9日(日)	9:30~11:45	DCMホームマック(株)十和田店
	13:00~16:00	
15日(土)	9:30~11:45	ユニバース十和田東店
	13:00~16:00	
22日(土)	10:00~11:45	イオンスーパーセンター十和田店
	13:00~16:00	
1月2日(水)	10:00~11:45	イオンスーパーセンター十和田店
	13:00~16:00	

問健康増進課健康管理係☎⑤6790