

# ほけんのページ

## 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カ月に達する乳児	8日(火) 12:30~13:00 ※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30年4月生まれの幼児	9日(水)※歯ブラシ持参 12:30~13:00	
◆2歳児発達健診 平成29年4月生まれの幼児	10日(木)※歯ブラシ持参 12:30~13:00	
◆3歳児健診 平成28年4月生まれの幼児	29日(火) 12:00~12:45	
◆子どものこころの相談 小・中・高校生	31日(木)14:00~ ※23日(水)までに要予約	
◆ほっとマミーサロン 妊婦と生後8カ月までの乳児をもつお母さん ★個別相談の日(授乳や育児について相談できます) ◆交流会の日(保育士による遊びの指導やママ同士の交流)	★7日(月)・★21日(月)・★◆28日(月) 13:30~15:30 ※要事前予約	市民交流プラザ「トワレ」 ☎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。  
 ※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	11月6日(水) 14:00~15:00 ※11月1日(金)まで要予約	保健センター ☎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	30日(水) 9:30~13:15~ ※28日(月)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	16日(水) 14:00~15:30 ※11日(金)まで要予約	市役所本館 2階会議室2 ☎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	30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 ☎4261
◆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	1日(火)・15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	16日(水)※要予約 13:00~14:00	市民交流プラザ「トワレ」 ☎健康増進課 ☎56791
◆まちなか健康相談 心や体のことを相談したい人	10日(木)・24日(木) 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	1日(火)・6日(日)・15日(火) ※要予約 13:30~14:30	上十三保健所 エイズ専用 ☎4261

◆「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。



とわだ 子育てナビ 検索

### 高齢者の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、心臓、腎臓、呼吸器の機能や免疫の機能に障がいを持つなど、身体障害者手帳1級相当の人
- ※10月1日時点で満65歳の人と過去3年間に接種した人には、9月末に予診票を郵送しています。  
 ※①、②以外の方は、市が実施する予防接種の対象とはなりませんので、直接医療機関にお問い合わせください。

期間 10月1日(火)~12月28日(土)

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)  
 ※生活保護受給者や市民税非課税世帯の人は無料です。

持ち物 予診票、健康保険証

※詳しくは、お問い合わせください。

☎健康増進課健康管理係☎56790

### 10月はがん検診受診率50%に向けた集中強化キャンペーン月間です

がんは早期発見できれば治る時代です。40歳以上の人に受けてほしい検診は、

### 肺・胃・大腸・乳・子宮頸がん

です。検診を受けて、大切な命を守りましょう。

※10月の肺・胃・大腸がん検診  
 とき 10月5日(土)、19日(土)、20日(日)(女性限定の日)  
 ところ 保健センター

☎健康増進課健康管理係☎56790

◆市の検診がパソコン、スマートフォンからも予約できます。

十和田市 検診 検索



### ●献血のお知らせ

☎健康増進課健康管理係☎56790

実施予定日	時間	場所
4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	
18日(金)	9:30~12:30	十和田第一病院北側駐車場
	13:30~16:00	
20日(日)	9:30~12:00	南コミュニティセンターまつり会場
	13:00~15:00	
11月2日(土)	9:30~12:00	三本木農業高校
	13:00~15:00	