



9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	8日(火) 時間は個別通知します ※バスタオル持参	保健センター ☎健康増進課 ☎6792
◆1歳6か月児健診 平成31年3月生まれの乳児	23日(水) 時間は個別通知します ※フェイスタオル持参	
◆2歳児発達健診 平成30年3月生まれの乳児	24日(木) 時間は個別通知します ※フェイスタオル持参	
◆3歳児健診 平成29年3月生まれの乳児	29日(火) 時間は個別通知します ※フェイスタオル持参	
◆子どものこころの相談 小・中・高校生	17日(木)14:00～ ※9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とお父さん ※産前産後ケアコースは女性限定 ※開催日の1カ月前から予約を受け付けします。	いずれも 13:15～15:30 ◆産前産後ケアコース 23日(水)「ベビー計測」 10月12日(月)「骨盤ケア」 ◆ベビーケアコース 7日(月)「ベビー防災」 10月5日(月) 「ベビースキンケア」 ◆親子ふれあいコース 14日(月)「離乳食」	

※1歳6か月児・2歳児・3歳児健診の対象者は、歯みがきを済ませてから受診してください。
※発熱や体調不良のときは、翌日以降に受診してください。
※新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、日程が変更となる場合があります。

●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	10月7日(水) 14:00～15:00 ※10月5日(月)まで要予約	保健センター ☎健康増進課 ☎6791
◆栄養相談 栄養・食生活に関する相談を希望する人	10月8日(木) 9:30～13:15 ※10月6日(水)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	23日(水)※要予約 時間は個別通知します	上十三保健所 ☎234261
◆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) 14:00～15:00 ※11日(金)まで要予約	市役所本館2階会議室2 ☎高齢介護課 ☎6720
◆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	15日(火)※要予約 13:00～13:30	上十三保健所 ☎234261
◆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	
◆まちなか健康相談 心や体のことを相談したい人	17日(木) 9:30～15:00	市民交流プラザ「トワレ」 ☎健康増進課 ☎6791
◆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	15日(火)、10月6日(火) ※要予約 13:30～14:30	上十三保健所 エイズ専用 ☎238450

(※)市の健診でも検査ができます。詳しくは健康増進課(☎6790)へお問い合わせください。

◆「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



◆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



「結核」は過去の病気ではありません

9月24日～30日は「結核予防週間」です。青森県で平成30年に新たに結核に感染した人は127人であり、22人が亡くなっています。本市でも感染者が発生しています。

せきが2週間以上続く場合は、医療機関を受診しましょう。

結核は、抵抗力の弱い赤ちゃんが感染すると重症になりやすく、生命に関わることもありますので、生後5カ月～8カ月の間にBCG接種(生後1歳まで無料)を受けましょう。

☎健康増進課☎6790

9月は「健康増進普及月間」です 健診はお済みですか？

国民一人一人に健康に対する自覚を高めてもらい、健康づくりの取り組みを促すため、毎年9月を「健康増進普及月間」としています。

まずは、毎年の健診で自身の体のことを知ることから始めましょう。

本年度の集団健診は12月23日まで実施していますので、この機会に健診を受けましょう。詳しくはお問い合わせください。

☎健康増進課☎6790

●献血のお知らせ

☎健康増進課☎6790

実施予定日	時間	場所
13日(日)	10:00～12:00	イオンスーパーセンター十和田店
	13:30～16:00	
25日(金)	9:30～12:30	太子食品工業(株) 十和田工場
27日(日)	10:00～12:00	マックスバリュ十和田南店
	13:30～16:00	
10月1日(木)	10:00～11:30	青森県農業共済組合南部支所 十和田東病院
	13:00～16:00	