

# ほけんのページ

## 5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	11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 問健康増進課 ☎⑤6792
◆1歳6か月児健診 令和元年11月生まれの幼児	26日(水) 時間は個別通知します	
◆2歳児発達健診 平成30年11月生まれの幼児 ★歯科診察で「フッ化物歯面塗布」を実施しています。	13日(木) 時間は個別通知します	
◆3歳児健診 平成29年11月生まれの幼児	25日(火) 時間は個別通知します	
◆子どものころの相談 小・中・高校生	27日(木)14:00～ ※19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。	いずれのコースも ①13:30～14:30 ②14:45～15:45 ◆産前産後ケアコース 10日(月)「おっぱいケア」 6月7日(月)「骨盤ケア」 ◆ベビーケアコース 24日(月)「防災・事故予防」 6月14日(月) 「ベビースキンケア」 ◆親子ふれあいコース 31日(月)「遊び方体験」	市民交流プラザ 「タワーレ」 問健康増進課 ☎⑤6797
◆ババママ教室 妊婦とその夫	14日(金) 18:30～19:30 「沐浴・妊婦疑似体験」	保健センター 問健康増進課 ☎⑤6797

※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。  
 ※第二中央駐車場をご利用の場合は、駐車無料券を配布します。  
 ※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。

### #8000(子ども医療電話相談)をご利用ください

県では、休日・夜間の子どもの急な発熱や体調不良の際に、小児科医・看護師が電話で相談に応じる、子ども医療電話相談を実施しています。

**受付時間** 平日：午後6時～翌日の午前8時  
 土曜日：午後1時～翌日の午前8時  
 日曜日・祝日(※)：午前8時～翌日の午前8時  
 ※8月13日、12月29日～1月3日を含む。

**電話番号** #8000または☎017-722-1152

▶緊急・重症の場合は、迷わず119番へ連絡をしてください。

### 5月31日は世界禁煙デーです

市では、飲食店への分煙指導や公共施設の敷地内禁煙を進めています。禁煙こそが受動喫煙を防止する一番の方法です。禁煙にチャレンジしてみましょう。

### ●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	6月2日(水) 14:00～15:00 ※31日(月)まで要予約	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	20日(木) 9:30～・13:15～ ※18日(火)まで要予約	上十三保健所 問☎③4261
◆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	26日(水)※要予約 時間は個別通知します	
◆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	19日(水) 14:00～15:00 ※14日(金)までに要予約	市役所本館2階会議室1 問高年齢介護課 ☎⑤6720
◆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	11日(火)、18日(火) ※要予約 13:00～13:30	上十三保健所 問☎③4261
◆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	上十三保健所 エイズ専用 問☎③8450
◆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	11日(火)、18日(火) ※要予約 13:30～14:30	

(※)市の健診でも検査ができます。詳しくは健康増進課(☎⑤6790)へお問い合わせください。

### 風しんからお腹の子どもを守りましょう ～抗体検査および予防接種の費用を助成します～

**対象** 市内に住所のある次のいずれかの人

- ①妊娠を希望する女性とその同居者
- ②風しんの抗体価の低い妊婦の同居者

**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。

※申請に必要な書類など、詳しくはお問い合わせください。

問健康増進課☎⑤6790

### ●献血のお知らせ

問健康増進課☎⑤6790

実施予定日	時間	場所
5日(水)	10:00～12:00	マックスバリュ十和田南店
	13:30～16:00	
22日(土)	10:00～12:00	ユニバース十和田東店
	13:30～16:00	
30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	