



実施場所 市保健センター(☎251181)

内 容	対 象	とき・受付時間	備 考
母子	4カ月児健診	健診日までに満4カ月に達する乳児 21日(火) 12:15~12:45	<ul style="list-style-type: none"> ▶4カ月児健診では、バスタオルを持参してください。また、絵本の紹介と読み聞かせを行っています。 ▶1歳6カ月児健診、2歳6カ月児健診、3歳6カ月児健診時には、歯ブラシを持参してください。 ▶乳幼児健診・予防接種では、問診票(赤ちゃん訪問のときに配布している「子どもすこやか手帳」に入っています)を記入し、母子健康手帳と一緒に必ず持参してください。なお、1歳6カ月児健診、2歳6カ月児健診の問診票を事前に必要な場合は、市保健センターにお問い合わせください。 ▶乳幼児健診では、事前に番号札を出していません。お子さんと一緒にの受け付けになりますので、ご注意ください。 ▶ポリオ予防接種では、午前11時30分から番号札を配布しています。 ▶母親教室で保育が必要な場合は1週間前までにご連絡ください。
	1歳6カ月児健診	平成21年3月生まれの幼児 8日(水) 12:15~12:45	
	2歳6カ月児健診	平成20年3月生まれの幼児 22日(水) 12:15~12:45	
	3歳6カ月児健診	平成19年3月生まれの幼児 7日(火) 12:15~12:45	
	ポリオ予防接種	生後3カ月~7歳6カ月未満の乳幼児 9日(木) 13:30~14:30	
	母親教室	妊婦 16日(木) 12:30~13:00	
一般	栄養相談	市内在住のかた 29日(水)13:15~	▶24日(金)までに予約が必要です。定員は2人(先着)です。
	こころの相談	心の悩み、不眠、物忘れなど気がかりのある市民および家族 10月6日(水) 13:00~15:50	▶10月4日(月)までに予約が必要です。

実施場所 上十三保健所(☎234261)

内 容	対 象	とき・受付時間
エイズに関する相談 ※予約が必要です	一般のかた	1日(水)、15日(水) 13:00~14:00 専用電話(☎238450)
B型・C型肝炎検査 ※予約が必要です	一般のかた	15日(水) 11:00~11:30
精神保健福祉相談 ※予約が必要です	心の悩みや病気に関する相談を希望するかた	22日(水) 13:00~14:00
女性健康相談	思春期や不妊、更年期障害などに悩みのかた	21日(火) 10:00~10:30



献血にご協力ください

実施予定日	時 間	場 所
9月14日(火)	9:30~12:30	県立十和田工業高校
	14:30~16:00	十和田済誠会病院
9月23日(木)	9:30~11:45	ホームマック(株)十和田店
	13:00~16:00	
9月27日(月)	9:30~12:00	十和田第一病院北側駐車場
	13:00~16:00	
10月1日(金)	10:00~12:00	青森県トラック協会上十三支部駐車場
	13:00~15:30	

問い合わせ先 市保健センター(☎251181)

日本脳炎1期定期予防接種を一部再開しました

市では、日本脳炎1期定期予防接種を一部再開しました。予防接種の対象のかたは次のとおりです。

対象者	平成18年10月1日から平成20年4月1日生まれで、接種日において3歳の誕生日を過ぎているお子さん ※標準的接種期間は3歳から4歳未満です。	
接種回数と間隔	初回：6~28日間隔で2回 追加：2回目終了後おおむね1年後に1回	
持ち物	母子健康手帳と予診票(子どもすこやか手帳に入っています)	
予防接種ができる医療機関	育成会内科小児科☎233821 十和田東病院☎225252 十和田湖診療所☎252254	おいらせクリニック☎72003 のづき内科小児科☎201880

▶予診票を無くしたかたは母子健康手帳を持参の上、市保健センターまでお越しください。

問い合わせ先 市保健センター(☎251181)

さわやか健康講座のお知らせ

いい眠りしてますか?
~眠りところのサイン~



睡眠からみえるところとからだの健康状態を専門医が分かりやすくお伝えします。

とき 9月24日(金) 午後1時30分~3時
※受け付けは午後1時からです。

ところ 市保健センター

講師 市立中央病院 精神神経科

医師 河田 祐子先生

申込期限 9月21日(火)

申し込み先 市保健センター(☎251181)