

保健カレンダー

乳児健診

月日(曜)	場所	受付時間
1月18日(木)	保健センター	13:00~14:00

※対象者…平成18年9月生まれの人
 ※内容…問診・計測・診察・歯科保健指導
 育児相談・離乳食指導など

1歳6カ月健診

月日(曜)	場所	受付時間
1月25日(木)	保健センター	13:00~14:00

※対象者…平成17年6月生まれの人
 ※内容…問診・計測・内科診察・歯科診察・ことばの相談
 幼児食指導・保育相談など

3歳児健診

月日(曜)	場所	受付時間
1月11日(木)	保健センター	13:00~14:00

※対象者…平成15年10月生まれの人
 ※内容…問診・検尿・目の検査・計測・内科診察・歯科
 診察・心理相談・幼児食指導・保育相談など

生ポリオ

月日(曜)	場所	受付時間
1月26日(金)	保健センター	13:30~14:00

※対象者…生後3カ月~90カ月未満の人
 ※接種方法…6週間以上の間隔で2回投与
 ※受付1時間前から飲食はさせないでください。
 吐く恐れがあります。

☆予防接種に、保護者以外の方がお子さんを連れて
 こられる場合には、「委任状」が必要です。

子どもの健診の問合せ…子育て支援課
 ☎69-2132

健康づくり 行事・イベント案内

○「かみかみもぐもぐ教室」離乳食講習会(無料)
 食べてくれなかったり、材料選びや味付けなど
 で頭を悩ませることが多いですね。

こんな悩みを話し合っ解消してみませんか?
 とき…2月2日(金) 13:30~15:30(受付13:00~)
 ところ…保健センター

対象者…乳児(生後6~11カ月児)
 定員…親子12組

内容…離乳食調理実習、育児相談、交流会
 持ち物…エプロン、三角巾、筆記用具、母子健康
 手帳、赤ちゃんに必要なミルク、おむつなど

申込期間…1月15日(月)~26日(金)
 申込み…子育て支援課 ☎69-2132

※託児もあります。お気軽にご参加ください。

○マタニティ教室(無料)
 とき…2月2日(金) 13:30~16:00(受付13:15~)
 ところ…保健センター

内容…呼吸法、妊娠中の栄養について
 赤ちゃんとのふれあい体験

持ち物…母子健康手帳・筆記用具
 申込期限…1月26日(金)

申込み…子育て支援課 ☎69-2132
 ※託児もありますので、お子様とご一緒での参加も
 どうぞ。

日曜・休日当番表

【内科】

1月14日(日)	渡辺クリニック	62-2319
1月21日(日)	木野山医院	67-0852
1月28日(日)	谷口クリニック	66-0517
2月4日(日)	安倍医院	67-5112

【外科】

1月14日(日)	笠岡大崎整形外科	69-6060
1月21日(日)	村上脳神経外科内科	69-2345
1月28日(日)	大嶋整形外科内科医院	65-1110
2月4日(日)	鈴木医院	67-2315

健康づくり一口メモ

守って防いで ~手洗い・うがい・マスク・ワクチン~ インフルエンザ

今年の冬もインフルエンザの流行が心配されています。感染を防ぐには、予防接種を受けることと、一人ひとりが普段から予防対策を心がけることが大切です。

65歳以上の市民の皆さんは、市内の医療機関において、1500円の自己負担でインフルエンザの予防接種を受けることができます。



①外出先から帰って来たときは、せっけんで手を洗い、うがいをしましょう。

②主食・主菜・副菜がそろったバランスよい食事を心がけ、ゆっくりと休養しましょう。

③流行時に、人ごみの中や病院などに行くときは、必ずマスクを着用しましょう。

日ごろから、インフルエンザに負けない
 身体づくりにつとめましょう!

訂正とお詫び

「広報かさおか12月号」17ページに掲載しました「8020運動」のお知らせの一部に、誤りがありましたので訂正しお詫びいたします。

訂正箇所は、成人歯科検診を受診したときの特典で、正しくは次のとおりです。

(誤) 歯石除去 → (正) 歯垢除去

問合せ…健康福祉課 ☎69-2101