

# 保健カレンダー

## 乳 児 健 診

月日(曜)	場 所	受付時間
2月19日(木)	保 健 セ ン タ ー	13:00~14:00

※対象者…平成20年10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
2月26日(木)	保 健 セ ン タ ー	13:00~14:00

※対象者…平成19年7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
2月12日(木)	保 健 セ ン タ ー	13:00~14:00

※対象者…平成17年11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 保 育 健 診

月日(曜)	場 所	受付時間
2月27日(金)	保 健 セ ン タ ー	13:00~14:00

※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

## 日 曜 ・ 休 日 当 番 表

### 【内 科】

2月11日(水)	みやげこどもクリニック	67-7755
2月15日(日)	笠岡第一病院	67-0211
2月22日(日)	斎藤内科消化器科	62-3356
3月1日(日)	高田内科医院	62-4311
3月8日(日)	西井クリニック	63-9002

### 【外 科】

2月11日(水)	市 民 病 院	63-2191
2月15日(日)	笠岡第一病院	67-0211
2月22日(日)	大嶋整形外科内科医院	65-1110
3月1日(日)	笠岡大崎整形外科	69-6060
3月8日(日)	市 民 病 院	63-2191

## 健康づくり 行事・イベント案内

### ○マタニティ教室

初めて出産を迎えられるお母さんだけでなく、  
 ずいぶん前に出産して忘れてしまったかな？とい  
 う妊婦さんもお待ちしています。

とき…3月3日(火) 13:30~16:00 (受付13:15~)

ところ…保健センター

内容…母乳指導・お風呂の入れ方実習

持ち物…母子健康手帳・筆記用具・タオル

申込期限…2月24日(火)

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。

## 健康づくり一〇メモ ノロウイルス感染症を予防しよう!

毎年冬になると、ノロウイルスを原因とする感  
 染性胃腸炎が流行します。特に、乳幼児や高齢者  
 など抵抗力の弱い人が感染すると重症化する場  
 合があります。ノロウイルスを正しく知って感染を  
 予防しましょう!

### ノロウイルスってなに?

胃腸炎を引き起こすウイルスです。普通の食中  
 毒は、夏場に多いですが、ノロウイルスによる食  
 中毒は特に冬季に多発し、感染の原因として大き  
 く2つのパターンが考えられます。

- ①ノロウイルスに感染した人のふん便やおう吐物  
 などから感染する場合
- ②ノロウイルスに汚染された食品を食べて感染  
 する場合(食中毒)

### 症状は?

ノロウイルスに感染すると、1~2日間の潜伏  
 期間(感染から発病するまでの時間)の後、主に  
 下痢、おう吐、吐き気、腹痛の症状があらわれま  
 す。通常、これらの症状が1~2日続きます。ま  
 た、感染しても発症しない場合や軽い風邪のよう  
 な症状の場合もあります。

### 感染予防の基本は「手洗い」です!

日頃から食事・調理の前やトイレの後などには  
 石けんでしっかり、ていねいに手を洗う習慣をつ  
 けましょう。また、ノロウイルスは熱に弱いので、  
 食材の中心部までしっかり加熱をして食べましょ  
 う。(加熱温度の目安は85℃で1分以上です)  
 ※ノロウイルスは二枚貝に蓄積する性質があるた  
 め、カキばかりが引き合いに出されますが、カ  
 キだけでなくさまざまな食品が食中毒の原因と  
 なります。一切カキを食べなくても、しっかり  
 「手洗い」・十分な「加熱」を心がけましょう。

問合せ 子育て支援課 ☎69-2132

## ○ももっこカードの更新について

岡山県と県内の市町村では、企業との連携・協働  
 により、ももっこカード事業に取り組んでいます。

このたび、有効期限  
 が3月31日に到来する  
 ことから、新しいカー  
 ドへの更新を行います。

更新方法については、  
 小学校や幼稚園・保育  
 園に通学・通園してい  
 る児童を持つ家庭は、  
 学校や園を通じて全児童へ交付することとしていま  
 す。その他の家庭については、2月1日以降の妊娠  
 届や各種健診時や、子育て支援課窓口やファミリー  
 サポートセンターの窓口でも新しいカードを交付し  
 ます。

なお、協賛店舗については、県のホームページや  
 専用携帯電話WEBサイトにて店名、住所、サービ  
 ス内容を公開していますので、御覧ください。

問合せ 子育て支援課 ☎69-2132



ももっこカード