

母子健康手帳の交付

(受付:午前8時30分～午後5時 場所:保健センター)
持ち物 印鑑、妊娠届出書(保健センターにもあります)、マイナンバーカード(持っていない人は通知カードと本人確認書類(運転免許証、パスポートなど))
 ※妊娠届出書を持っていない場合は、出産予定日を主治医に確認してからお越しください。
 ※代理人が来所の場合、妊婦本人が記入した委任状、代理人の印鑑と本人確認書類も必要です。

マ・パパ教室

(受付:午後1時15分～1時30分 場所:保健センター)

1月20日(土) 午後1時30分～3時30分	わくわくドキドキ沐浴体験 ママって大変! パパの妊婦体験 目からうろこ! 聞いて得するお話
----------------------------------	---

対象 妊娠中期～後期ごろの妊婦・夫および家族
持ち物 母子健康手帳
 ※要事前申込

ベースマイル

(場所:保健センター)

1月16日(火) 午前10時～11時	子どもの成長発達や育児に関する悩みを相談、ミニ講座(午前10時～)
------------------------------	-----------------------------------

対象 乳児(おおむね1歳未満)とその保護者
持ち物 母子健康手帳、おむつなど

乳 幼児健診

(受付:午後1時～2時15分 場所:保健センター)
 多少時間がかかります。

	対象	日
4か月児健診	平成29年9月生	1月25日(木)
10か月児健診	平成29年3月生	1月24日(水)
1歳6か月児健診	平成28年6月生	1月19日(金)
2歳6か月児相談・ 歯科健診	平成27年6月生	1月12日(金)
3歳6か月児健診	平成26年6月生	1月11日(木)

当日の午前10時に気象警報が発令されている場合は健診を中止します。

持ち物 母子健康手帳、質問票、バスタオル(4か月児)、歯ブラシ(10か月児・1歳6か月児・2歳6か月児・3歳6か月児)

※3歳6か月児健診では尿検査・視力検査を行います。

高齢者インフルエンザ 予防接種

自己負担金免除申請は
1月17日(水)までに

季節性インフルエンザワクチンの供給不足により、接種期間を延長していましたが、高齢者インフルエンザ予防接種は1月31日(水)で終了となります。

満60歳以上65歳未満(接種日時点)で、心臓・じん臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がいがある人および、市民税非課税世帯、生活保護世帯の人の自己負担金免除の申請は、1月17日(水)までに申請してください。詳しくは☎までお尋ねください。

※予防接種の終了日は、医療機関によって異なります。

家族みんなで 風邪予防をしよう!

風邪のウイルスは冬の寒さと乾燥が大好き。日ごろから予防を心がけて元気に冬を過ごしましょう。風邪の予防に効果的なのが手洗いとガラガラうがいです。家族みんなで行うことで、家庭内の風邪の流行を予防できます。

特に小さな子どもがいる家庭では、外から帰ってきたらすぐに「一緒にやろう!」と誘ってみてください。小さな子どもは、口に水を含んで「ペッ」と吐き出すだけでも効果があります。

また、手洗いは手のひらを洗うだけでなく、しっかり泡立てて、手の甲・指・手首まで洗うことで効果が高まります。家族みんなで元気に過ごし、楽しい冬を過ごしましょう。

健康の秘訣は丈夫な歯から 第49回よい歯の健康老人コンクール

次のかたがたが受賞されました。これからも健康な歯を保ってください。

＜優秀賞＞	岸谷次郎さん(三雲)	81歳
	筒木勝代さん(中央)	78歳
	松村良さん(湖南団地北)	76歳

