

# 保健だより

- 中野市健康づくり課 ☎22-2111(内線242)
- 豊田支所地域振興課 ☎38-3111
- 休日緊急診療所(中野保健センター内) ☎23-2255

## ☆わが家のアイドル☆



やまざき さやか  
**山崎 彩加ちゃん**  
(3歳1か月)

明るく元気な子で、好きな食べ物  
はラーメンです。ママごとや  
絵本を読んで遊んでいます。

思いやりのある優しい子に  
育ててほしいと思います。

(山崎善樹・典子さん 小田中)

## 予防接種

持ち物/母子健康手帳、予防票

**B C G** (接種年齢は生後3~6か月未満の乳児)

期日/4月19日(火)

受付時間/午後0時45分~1時15分

会場/中野保健センター

対象/平成22年12月生まれ

※3か月児健診時に行います。

**三種混合**(ジフテリア・百日せき・破傷風)

受付時間/午後0時45分~1時30分

**<中野保健センター>**

4月15日(金)・・・日野、延徳、平野、  
高丘、平岡

26日(火)・・・中野、長丘、科野、  
倭、豊田

**対象・接種方法**  
1期初回=3か月~1歳未満  
(20~56日の間隔で3回接種)  
1期追加=1歳6か月~3歳未満  
(初回3回目終了後12~18か月の間に1回)  
≪7歳6か月未満まで接種可≫

**麻しん・風しん混合** (はしか・三日はしか)

**対象・接種方法**  
第1期=生後12~24か月未満  
第2期=5歳以上7歳未満で、  
就学前の1年間(平成17年4月  
2日~平成18年4月1日生まれ)  
第3期=中学1年生に相当する  
年齢の者(平成10年4月2日~  
平成11年4月1日生まれ)  
第4期=高校3年生に相当する  
年齢の者(平成5年4月2日~  
平成6年4月1日生まれ)  
※第1期で単独ワクチンを接種  
済みの幼児も、第2期として  
混合ワクチンを接種します。  
※第3期の対象の方は各中学校  
で接種します。  
※第2期・第4期の方には予防  
票を送付します。  
※対象者は無料で接種が受けら  
れますので、接種される前月  
に実施医療機関へ予約してく  
ださい。

## 乳幼児健康診査

受付時間/午後0時45分~1時15分

会場/中野保健センター

持ち物/母子健康手帳、オムツ、バ  
スタオル

健診名	健診日	対象生年月
3か月児健診 (BCG 予防接種)	4月19日(火)	22年12月生
7か月児健診	4月20日(水)	22年8月生
1歳6か月児健診	4月22日(金)	21年9月生
2歳児健診	4月18日(月)	21年3月生
3歳児健診	4月21日(木)	20年3月生

※都合の悪い場合は、翌月お出かけ  
ください。

## マタニティクラス

期日/5月24日(火)

時間/午後1時15分~4時

会場/中野保健センター

内容/母と子の歯の健康、出産・子  
育てにおけるサービスの紹介、妊婦体  
験、もく浴演習、母乳栄養と乳房管理  
※3日前までに健康づくり課母子保健  
係へ予約が必要です。

## 育児教室

期日/5月25日(水)

時間/午前10時15分~11時30分

会場/中野保健センター

対象/4~6か月児

内容/赤ちゃん体操離乳食の話  
(試食があります)

※3日前までに健康づくり課母子保健  
係へ予約が必要です。

## 歯周疾患検診

20歳・30歳・40歳・50歳・60歳の  
方および70歳の方を対象に歯周疾患  
検診を行います。

対象となる方には4月中旬に受診  
票をお送りしますので、ご希望の市  
内歯科医院へ予約し、受診してくだ  
さい。

期間/12月30日(金)まで

受診料/20歳・30歳・40歳・50歳・  
60歳の方は500円、70歳の方および  
生活保護受給世帯の方で、受付にて  
証明書を提示された方は無料

## 心の健康相談

次のことでお悩みの方に、相談に  
応じます。(無料、予約制)

子供一こだわりが強い、登校拒否など  
大人一イライラ、不眠、物忘れなど

期日・相談担当者/

4月14日(木)・精神保健福祉士

5月12日(木)・精神神経科医師

時間/午後2時~4時

会場/中野保健センター

※希望者は相談日の2日前までに健  
康づくり課へお申し込みください。

## 定期健康相談

保健師、栄養士、歯科衛生士が相  
談に応じますので、お気軽にご相談  
ください。

時間/午前10時~11時30分

会場/中野保健センター(毎週水曜日)

豊田保健センター(毎月第1木曜日)

内容/血圧測定、身体計測、栄養相  
談、歯科相談、介護相談、育児相談  
など

※各会場とも祝日は休みになります。