

# 保健だより

- 中野市健康づくり課 ☎22-2111  
(内線242・368)
- 豊田支所地域振興課 ☎38-3111
- 休日緊急診療所(中野保健) ☎23-2255

## ☆わが家のアイドル☆



うえのはるか  
**上野陽花**ちゃん  
(3歳1か月)  
元気で活発な女の子です。  
スイカが好きで、いつもママ  
ゴトをして遊んでいます。  
元気で優しい子に育ってほし  
いと思います。  
(上野真吾・美由季さん 柳沢)

## 予防接種

持ち物/母子健康手帳、予防票

**BCG** (接種年齢は生後3~6か月未満の乳児)

期日/6月14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23年2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＞  
7月4日(月)…日野、延徳、平野、  
5日(火)…高丘、長丘、平岡、  
科野、倭、豊田  
8日(金)…中野

**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)	6月14日(火)	23年2月生
7か月児健診	6月15日(水)	22年10月生
1歳6か月児健診	6月17日(金)	21年11月生
2歳児健診	6月13日(月)	21年5月生
3歳児健診	6月16日(木)	20年5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/①6月18日(土) ②7月2日(土)

時間/午前9時45分~11時45分

会場/中野保健センター

持ち物/筆記用具、母子健康手帳、  
動ける服装

内容/①妊娠の経過と起こりやすい  
異常、妊婦体操、妊婦の栄  
養(試食あり)  
②母子の歯の健康、妊婦体験  
もく浴演習、出産・子育て  
における制度・サービスの  
紹介、母乳栄養と乳房管理

※3日前までに予約が必要です。



## 育児教室

赤ちゃんと遊んだり、育児につい  
て学び、話し合う教室です。

奮ってご参加ください。

期日/7月21日(木)

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

※3日前までに予約が必要です。

## 訪問歯科健診

訪問口腔衛生指導のご案内

~家に歯医者さんがやってくる~

皆さんのご自宅へ歯科医師・歯科  
衛生士が出向き、歯科健診や口腔ケ  
アを行います。健診・相談料は無料  
です。お気軽にご相談ください。

対象者 在宅

で寝たきりの  
高齢者など



## 心の健康相談

次のことでお悩みの方に、相談に  
応じます。

相談は無料で、予約制です。

子ども…こだわりが強い、登校拒否  
大人…イライラ、不眠、物忘れなど

【日時および相談担当者】

6月9日(木)午後2時~4時

精神保健福祉士

7月7日(木)午後2時~4時

精神神経科医師

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。