

保健だより

- 中野市健康長寿課 ☎22-2111(内線242)
- 中野市子育て課 ☎22-2111(内線356)
- 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
- 休日当番薬局携帯電話
☎090-4125-8402(白・祝日のみ 午前9時～午後5時)

☆わが家のアイドル☆



片山 ^{はるか} 遙くん ^{ひなた} 陽向くん
(3歳2か月) (8か月)
弟思いで元気がよくブロック遊びが大好きなお兄ちゃんです。好きな食べ物はドーナツです。伸び伸びと優しい子に育ってほしいと思います。
(片山和哉・みや子さん 立ヶ花)

予防接種

持ち物/母子健康手帳、予診票

B C G (接種年齢は生後3～6か月未満の乳児)

期日/4月20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21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1時～1時40分

<中野保健センター>

5月12日(水)・日野、延徳、平野

13日(木)・高丘、長丘、平岡、

科野、倭、豊田

14日(金)・中野

対象・接種方法
1 期初回 = 3 か月～1 歳
(20～56日の間隔で3回接種)
1 期追加 = 1 歳6 か月～3 歳
(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)

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16年4月

2日～平成17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9年4月2日～

平成10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4年4月2日～

平成5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・4期対象の方には予診

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 |
|------------------------|----------|-----------|
| 3か月児健診 (B C G 予防接種) | 4月20日(火) | 21年12月生まれ |
| 7か月児健診 | 4月21日(水) | 21年8月生まれ |
| 1歳6か月児健診 | 4月23日(金) | 20年9月生まれ |
| 2歳児健診 | 4月19日(月) | 20年3月生まれ |
| 3歳児健診 | 4月22日(木) | 19年3月生まれ |

※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11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

育児教室

期日/5月10日(月)

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)



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(木)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—こだわりが強い、登校拒否など

大人—イライラ、不眠、物忘れなど

期日・相談担当者/

4月15日(木)・精神保健福祉士

5月13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

健康長寿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、検尿、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。

中野市役所

〒383-8614 長野県中野市三好町一丁目3番19号 ☎0269-22-2111 FAX 0269-26-0349 ●Eメール info@city.nakano.nagano.jp

●広報なかの 平成22年4月5日発行 ●発行 中野市 ●編集 総務部庶務課 ●印刷 高錦堂印刷所