

# 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(土・日も午前9時～午後5時)

## ☆わが家のアイドル☆



阿藤 <sup>りん</sup>凜くん ももちゃん  
(3歳1か月) (11か月)  
性格は控えめですが、車遊びや水遊びが好きで、毎日、子育て支援センターで遊んでいます。健康で元気に育ってほしいと思います。  
(阿藤和久・美紀さん 草間)

## 予防接種

持ち物/母子健康手帳、予防票

BCG (接種年齢は3～6か月未満の乳児)

期日/7月13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3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>  
8月3日(火)…日野、延徳、平野、高丘、平岡  
4日(水)…中野、長丘、科野、倭、豊田

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
3か月児健診 (BCG 予防接種)	7月13日(火)	22年3月生まれ
7か月児健診	7月14日(水)	21年11月生まれ
1歳6か月児健診	7月16日(金)	20年12月生まれ
2歳児健診	7月12日(月)	20年6月生まれ
3歳児健診	7月15日(木)	19年6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/8月5日(木)

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/妊娠の経過と起こりやすい異常、妊婦体操、妊産婦の栄養(試食あり)

## 育児教室

期日/9月2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

## 日本脳炎

厚生労働省から、日本脳炎の定期予防接種の積極的勧奨の再開通知を受け、市では、平成22年度において4歳(平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれ)になるお子さんを対象に、日本脳炎の第1期初回接種を集団接種することとしました。

対象者には個別にお知らせしています。なお、流行地域へ渡航される場合や蚊に刺されやすい環境にある場合などは、日本脳炎の予防接種ができます。この場合、対象年齢(3歳～7歳6か月)であれば、接種費用は無料になります。

ご希望の方は子育て課へお問い合わせください。

## 心の健康相談

不眠、ひきこもり、アルコール、物忘れなど、さまざまな悩み、心の病気に関する相談に個別で応じます。相談は無料で、予約制です。

秘密は固くお守りします。お気軽にご利用ください。

心の健康相談は、月1回行っています。詳しくは、健康カレンダーをご覧ください。

期日/8月12日(木)

時間/午後2時～4時

相談担当者/精神保健福祉士

会場/中野保健センター

対象者/悩みを持つ本人、家族など  
※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。

