

# 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) ☎23-2255
- 休日当番薬局携帯電話  
☎090-4125-8402(土・日・祝日のみ)

## ☆わが家のアイドル☆



たじり  
**田尻なつみちゃん**  
(3歳1か月)  
元気で、よくしゃべる活発な子です。好きな食べ物は、イチゴケーキで、人形遊びが好きです。元気で思いやりのある子に育ってほしいと思います。  
(田尻裕之・寿美子さん 金井)

## 予防接種

持ち物/母子健康手帳、予診票

**BCG** (接種年齢は3~6か月未満の乳児)

期日/9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22年5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＞  
10月13日(水)・・・日野、延徳、平野、高丘、平岡  
15日(金)・・・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)

**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。

## ポリオ(小児マヒ)

受付時間/午後1時~1時40分

＜中野保健センター＞

9月27日(月)・・・長丘、科野、倭、豊田  
28日(火)・・・日野、延徳  
29日(水)・・・平野  
30日(木)・・・高丘、平岡  
10月1日(金)・・・中野

**対象・接種方法**  
3か月~1歳6か月の乳幼児(標準)  
※6週間以上あけて2回接種  
※7歳6か月未満まで接種可能  
※下痢をしている場合は、治ってから接種しましょう。

## 日本脳炎

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。

## 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)	9月14日(火)	22年5月生
7か月児健診	9月15日(水)	22年1月生
1歳6か月児健診	9月17日(金)	21年2月生
2歳児健診	9月13日(月)	20年8月生
3歳児健診	9月16日(木)	19年8月生

※都合の悪い場合は、翌月お出かけください。

## 育児教室

期日/9月22日(水)  
時間/午後1時15分~3時30分  
会場/中野保健センター  
対象/8~10か月児  
内容/むし歯予防とアゴの発育の話  
離乳食について

## 小児救急電話相談「#8000」

子どもの夜間の急な病気やけがの相談に、看護師などが応じます。  
※#8000でつながらない場合は、☎0263(72)2000へ  
※相談日時 毎日午後7時~11時

## 「こどもの救急」をご活用ください

夜間や休日など診療時間外に受診すべきか判断目安を提供する、日本小児科学会のホームページです。  
ホームページアドレス  
<http://www.kodomo-qq.jp/>

## 心の健康相談

精神保健福祉士が相談に応じます。  
期日/10月14日(木)  
時間/午後2時~4時  
会場/中野保健センター  
費用/無料  
※10月12日(火)までに市役所健康長寿課へお申し込みください。

## 健康増進普及月間

9月1日(水)~30日(木)  
【統一標語】「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ~健康寿命を延ばしましょう~」  
がん征圧月間 9月1日(水)~30日(木)  
食生活改善普及運動  
9月1日(水)~30日(木)  
救急医療週間 9月5日(日)~11日(土)  
自殺予防週間 9月10日(金)~16日(木)  
結核予防週間 9月24日(金)~30日(木)