



## こんにちは 電話医療相談所です

**Q** 1歳の子どもが中耳炎と診断されました。中耳炎とはどんな病気でしょうか？

**A** 中耳炎は、鼓膜の内側にある中耳の粘膜が炎症を起こす病気です。

生後6カ月から5歳までの子どもが風邪を原因として発症することが多くなっています。その理由としては、子どもの鼻やのどは中耳とつながる「耳管」が太く短いため、ウイルスや細菌が簡単に中耳まで入り込んでしまうためです。

### 【中耳炎の症状】

○耳の痛み、発熱、耳だれなどの症状が現れます。  
○乳幼児の場合は、症状をうまく伝えることができないため「しきりに耳を触る」「ぐずる」「首を振る」「食欲不振」などの行動がみられ、それらの行動を見逃さないことが大切です。

### 【治療方法について】

薬物療法が基本の治療方法となります。  
症状が悪化してしまうと、鼓膜切開など手術療法を行わなければならない場合があるため、処方箋は自分の判断で勝手にやめたりせず、医師の指示どおり内服しましょう。

中耳炎は、成長に伴い免疫力がついてきたり、耳管が発達してくると発症することは少なくなりますが、発症時にはきちんと治すことが大切となります。痛みや発熱のある間は安静にしましょう。また、原因となる風邪の予防、ケアも大切です。小まめなケアで発症を防ぎましょう。



## 子育て支援センター

— 11・12月の行事予定 —

子育て支援センターでは、0歳から就学前のお子さんを対象に、毎月楽しい行事を行っています。

お気軽にお出掛けください。

施設名	日時	行事
北部子育て支援センター(さくらんぼ)	11月12日(火) 午前10時～11時	「もったいないバザール」 子育て用品の無料交換会
	12月12日(木) 午前10時30分～	「クリスマス会」 サンタさんが来るよ!
中央子育て支援センター(りんごっこ)	11月14日(木) 午前10時30分～	「秋の音楽会」 エレクトーンの演奏会
	12月16日(月) 午前10時30分～	「クリスマス会」 楽しい企画があります
豊田子育て支援センター(うさぎっ子)	11月25日(月) 午前10時30分～	「助産師講座」 北信総合病院助産師さん
	12月2日(月) 午前11時～	「お父さんの読み聞かせ」 男組の皆さんによるお話
ひよこ保育園 子育て支援センター	12月6日(金) 午前9時30分～ 11時30分	「ひろばのもちつき」 参加費は無料です

※この他にもさまざまな行事を行っています。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。各子育て支援センターへお問い合わせください。

### 問い合わせ先

さくらんぼ	☎ (22) 6622	Ⓟ 日・月・祝日
りんごっこ	☎ (22) 2259	Ⓟ 日・火・祝日
うさぎっ子	☎ (38) 3012	Ⓟ 日・水・祝日
ひよこ保育園	☎ (22) 6292	Ⓟ 土・日・祝日

## わが家の ☆アイドル☆

わが家のアイドルに出してみませんか？  
応募方法は11ページをご覧ください。



かなざわ しゆな  
**金沢 朱菜ちゃん** (2歳)  
だーいすき♡



おおつか けんしろう  
**大塚 拳志郎くん** (3歳)  
いつまでも、お兄ちゃんと仲良くネ!



わためき せいた  
**綿貫 清太くん** (2歳) **たいち**  
**太一くん** (6歳)  
仲の良い？兄弟です★  
優しく元気に育ってね!



いとろ びくと  
**伊東 碧翔くん** (3歳)  
元気に大きく育ってね☆



たけうち りんたろう  
**竹内 稟大朗くん** (6歳)  
来年から小学生！  
元気いっぱい育って行ってね♡

# 保健だより

- 健康づくり課(中野保健センター内) ☎22-2111(内線242・368)
- 地域振興課(豊田支所内) ☎38-3111
- 休日緊急診療所(中野保健センター内) ☎23-2255



## 予防接種など

### 日程

受付時間/午後0時45分～1時30分  
会場/中野保健センター  
持ち物/母子健康手帳、予約票

ワクチン名	日程	予約先
B C G	11月19日(火)	健康づくり課 母子保健係
不活化ポリオ	11月19日(火)	
三種混合	1月14日(火)	
四種混合		
ヒブ	12月11日(水)	
小児用肺炎球菌		

※3日前までに予約が必要です。  
※対象・接種間隔など詳しくは健康カレンダーをご確認ください。

### 小児用肺炎球菌ワクチン

11月1日から、定期予防接種に使用するワクチンが、沈降7価肺炎球菌結合型ワクチンから沈降13価肺炎球菌結合型ワクチンに切り替わりました。

詳しくは、厚生労働省ホームページに掲載されています。  
[http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou28/qa\\_haienkyuukin.html](http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou28/qa_haienkyuukin.html)

### 大腸がん検診容器返却のお願い

本年度の大腸がん検診は終了しました。申し込みをしたが都合により受診されなかった方で、未開封の検診用容器をお持ちの方は、12月27日(金)までに、お近くの保健補導員または中野保健センター、豊田支所、北部公民館、西部公民館、永田窓口サービスステーションへご返却いただくようご協力をお願いします。



## 健(検)診など

### 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か月健診	11月12日(火)	25年7月生
7か月健診	11月13日(水)	25年3月生
1歳6か月健診	11月15日(金)	24年4月生
2歳児健診	11月11日(月)	23年10月生
3歳児健診	11月14日(木)	22年10月生

※都合がつかない場合は、翌月お出掛けください。

### 歯周疾患検診

20歳・30歳・40歳・50歳・60歳および70歳の方を対象に実施しています。対象者には受診票をお送りしてありますので、希望する市内歯科医院に予約の上、お早めに受診してください。  
期間/12月27日(金)まで  
受診料/60歳までの方は500円、70歳以上の方および生活保護受給世帯の方は、無料となります。

### くらしと健康の相談会

家庭問題など弁護士が相談に応じ、併せて保健師による健康相談を実施します。相談は無料で予約制です。  
期日/12月の毎週木曜日  
時間/1回目:午後2時から  
2回目:午後3時から  
会場/北信保健福祉事務所  
※ご希望の方は、相談希望日の6日前までに北信保健福祉事務所健康づくり支援課にご予約ください。



## 講座・相談

### マタニティクラス

期日/12月5日(木)  
時間/午前9時30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について、妊婦体操、妊婦の健康・栄養、個別相談  
※3日前までに予約が必要です。

### 育児教室

期日/11月22日(金)  
時間/午前10時～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。

### 心の健康相談

イライラ・不眠・人に会いたがらない・やる気が出ないなど、心に関するさまざまな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/11月13日(水)  
※健康カレンダーとは期日が変わり、なっていきますのでご注意ください。  
時間/午後2時～4時  
相談担当者/こころの専門医  
会場/中野保健センター  
対象者/悩みを持つ本人、家族など  
※ご希望の方は、相談日の2日前までに健康づくり課にご予約ください。

電話医療相談所	☎23-0300	午前8時30分～午後10時(土・日曜日、祝日を除く)
女性相談	☎23-4810	午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)
子ども電話相談	☎23-3191	午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)
長野県小児救急電話相談	☎#8000	午後7時～午後11時
児童虐待・DV24時間ホットライン	☎0263-91-2410	
北信保健福祉事務所健康づくり支援課	☎0269-62-6104	