

保健ガイド

赤ちゃんコーナー



母子健康手帳交付
 期日 / 12月3日(土)・15日(木)
 来年1月6日(金)・22日(日)
 時間 / 10:00 ~ 10:30
 受付 9:45 ~ 10:00
 午前10時から説明をしますので、時間厳守をお願いします。
 会場 / 水の郷「和室」
 対象 / 市内在住の妊婦さん
 (配偶者も一緒にどうぞ)
 内容 / 赤ちゃんとお母さんのための制度説明、母子健康手帳と別冊の交付、妊婦相談など
 持参するもの / 妊娠届出書
 初めてパパになる人には、父子健康手帳をお渡しします。
 説明会終了後、「マタニティーセミナー」を開催します。

マタニティーセミナー
 期日 / 12月3日(土)・15日(木)
 時間 / 10:30 ~ 11:30
 会場 / 水の郷「和室」
 対象者 / 市内在住の妊婦と配偶者
 (母子健康手帳交付にお越しの人以外もどうぞ！)
 内容 / 3日 = 赤ちゃんの保育について、パパの妊婦体験。
 15日 = 妊娠中の食事、過ごし方

赤ちゃんサロン
 日時 / 12月7日(水)・1月11日(水)
 午前の部 10:00 ~ 11:30
 午後の部 12:00 ~ 15:00
 会場 / 水の郷「和室」
 対象・内容 / 母乳や育児について悩みや疑問をお持ちの人など。
 午前の部 座談会風の意見交換と助産師からのアドバイスほか
 午後の部 友達づくり・フリータイム
 持参するもの / 母子健康手帳、タオル、オムツなど。
 午前の部に引き続き、午後の部に参加する人は、昼食を持参することをおすすめします。

離乳食教室(要予約)
 日時 / 12月15日(木) 13:30 ~ 15:00
 会場 / 水の郷「和室」

対象者 / 離乳食でお悩みの人
 内容 / 離乳食の進め方、試食、個別相談など
 持ってくるもの / タオル、オムツなど

4か月児・10か月児健康診査
 期日・会場 /
 12月14日(水) = まほろばやまと
 12月21日(水) = サンブリッジ
 12月22日(木) = 水の郷
 (受付 13:15 ~ 13:45)

対象 /
 4か月児(平成17年8月生)・
 10か月児(平成17年2月生)
 内容 / 身体計測、小児科医の診察。保健師・栄養士による個別相談、歯科指導(10か月児のみ)。
 持ってくるもの / 母子健康手帳、バスタオル、すすくす台帳(P1~2の記入を忘れずに)、10か月児アンケート(事前に記入しておいてください)

1歳6か月児健康診査
 日時 / 12月9日(金)
 13:15 ~ 13:45
 会場 / 水の郷「診察指導室」
 対象 / ~平成16年5月生まれ
 内容 / 身体計測・診察(内科・歯科)・フッ素塗布(希望者のみ)・歯磨き指導・保健指導・栄養指導。
 持ってくるもの / 母子健康手帳、1歳6か月児アンケート、安全チェックリスト(事前に記入しておいてください)

3歳児健康診査
 期日・会場 /
 12月2日(金) = まほろばやまと
 12月8日(木) = サンブリッジ
 受付 = 13:15 ~ 13:45
 対象 / ~平成14年11月生まれ
 内容 / 身体計測・診察(内科・歯科)・フッ素塗布(希望者のみ)・歯磨き指導・保健指導・栄養指導。
 持ってくるもの / 母子健康手帳と3歳児健康診査アンケート・安全チェックリストを記入、当日朝の尿10cc程度。

乳児健診未受診の人は、すすくす台帳も持参してください。体調の優れない子、伝染する病気にかかっている子は、体調が良くなってから健診においでください。

のびのび広場(要予約)
 日時 / 12月13日(火) 10:00 ~ 11:30
 会場 / 水の郷「診察指導室」
 対象者 / 1歳~3歳の幼児と保護者
 内容 / わいわいキッズピクス
 持ってくるもの / タオル、水筒ほか

予防接種の注意事項

3種混合、麻しん、風しんは個別接種です。実施医療機関(「母子保健・予防接種ガイド」・市ホームページなどで確認してください)へ必ず予約のうえ接種してください。
 「予防接種と子どもの健康」をよく読んでください。
 母子健康手帳を忘れずに。
 予診票は保護者が責任を持って記入してください。
 各種予防接種は、標準的接種年齢で接種します。なるべくこの年齢に受けてください。

「母子保健・予防接種ガイドブック」を各保健福祉センターや各庁舎(乳幼児医療担当窓口)で配布しています。

予防接種(個別接種)

種類	標準的接種年齢	回数
3種混合	初回接種:生後3~12か月	3回
	追加接種:初回接種後1年・1年半	1回
麻しん	生後12~15か月	1回
風しん	生後12~36か月	1回

上表は標準的接種年齢を記載していますが、未接種の場合7歳5か月まで接種可能です。

日本脳炎予防接種は、当分の間中止します。麻しん・風しん予防接種は、来年4月に対象年齢が変更されます。未接種の人は早めに受けてください。

BCG予防接種(集団接種)
 期日 / 12月20日(火)

時間 / 13:15 ~ 13:45
 会場 / 水の郷「診察指導室」
 対象者 / 生後3か月~6か月未満(標準的接種年齢)
 今年度から、BCG直接接種(ツベルクリン反応検査なし)となり、また、接種年齢も生後6か月未満までに短縮されていますので、早めに接種してください。



成人コーナー

健康相談
 生活習慣病予防のためのこころと身体の無料健康相談を開催しています。保健師・看護師による血圧測定、検尿、健康相談、栄養士による栄養相談(の日程)を行いますのでお気軽にどうぞ。

会場	実施日	時間
昭代就業改善センター	1日(木)	10:00 ~ 11:30
まほろばやまと	5日(月)	10:00 ~ 11:30
市役所	6日(火)	9:30 ~ 11:30
柳川庁舎ロビー	20日(火)	9:30 ~ 11:30
有明まほろばセンター	7日(水)	10:00 ~ 11:30
サンブリッジ	12日(月)	10:00 ~ 11:30
蒲池環境改善センター	13日(火)	10:00 ~ 11:30
中島商店街	16日(金)	9:00 ~ 11:00
水の郷	22日(木)	10:00 ~ 11:30

持参するもの / 健康手帳、基本健康診査を受診した人はその結果票など。

リフレッシュ体操教室(要予約)
 日時 / 12月16日(金) 13:30 ~ 15:30(受付開始13:15~)
 会場 / まほろばやまと
 内容 / 気軽にできる体操ほか
 講師 / 山ノ内孝治先生
 持ってくるもの / 室内用シューズ、筆記用具、タオル、水分など
 当日は、動きやすい服装で!

乳がん検診
 (マンモグラフィ・X線撮影)
 期日・会場 /
 12月12日(月) = 水の郷
 受付時間 9:30 ~ 16:00
 対象 満40歳以上で、平成17年度視触診の結果が「異常なし」で、誕生日が偶数月の人(奇数月の人

12月1日は世界エイズデー

WHO(世界保健機関)は、1988年にエイズまん延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消のため、12月1日を「World AIDS Day」(世界エイズデー)と定め、エイズに関する啓発活動などを提唱しました。日本でも、その趣旨に賛同し、毎年12月1日に啓発活動を推進しています。昨年1年間に新たに報告されたHIV感染者およびエイズ患者数は合計1165件と、過去最高となっています。HIV感染者は20代から30代が全体の約7割を占め、特に若者に対する対策が必要となっています。

現在、エイズを完全に治す方法はありますが、エイズになる前から治療を開始すれば発症しないで済みます。早期発見は早期治療に結びつき、重症化防止につながります。ぜひこの機会にエイズについて考えてみてください。



レッドリボンとは
 街角で服やカバンにつけられた赤いリボンを見かけたことがありますか? このリボンには「エイズとともに生きている人々を差別しない」というメッセージが込められています。

は来年度実施)
 検診料 500円(検診料の減免もあります)
 申込方法 受診するためには、予約が必要です。希望の日時、会場を「水の郷」健康係まで連絡ください(定員になり次第締切)。

大腸がん検診
 実施期間 / 来年1月31日まで
 対象者 / 40歳以上(勤務先で受診できる人は除く)
 検診料 / 500円(70歳以上は無料。ほかにも減免あり)
 詳しくは、配布のチラシを確認ください。

インフルエンザ予防接種(個別接種)
 対象 / 満65歳以上
 期間 / 平成17年12月末まで
 接種料 / 1000円
 接種方法 / 直接受託医療機関へ予約のうえ接種してください。実施

医療機関は回覧チラシで確認するか、水の郷健康係までお尋ねください。おかベクリニック(下宮永町 ☎74・5030)でもできるようになりました。

今月のいきいきクラブ

会場	実施日
昭代就業改善センター	1日(木)・15日(木)
皿垣公民館	1日(木)・15日(木)
柳河ふれあいセンター	2日(金)・16日(金)
サンブリッジ	5日(月)・19日(月)
有明まほろばセンター	7日(水)・21日(水)
塩塚公民館	8日(木)・22日(木)
水の郷	9日(金)
まほろばやまと	12日(月)・26日(月)
蒲池環境改善センター	13日(火)
崩道公民館	14日(水)
三五平公民館	21日(水)

時間 / 9:30 ~ 11:30
 ゲームなどで楽しい時間を過ごします。60歳以上の人、ぜひ一度のぞいてみませんか?

このコーナーへの問い合わせ、各種教室への申し込みなどは、「水の郷」健康係まで

総合保健福祉センター

▶ 柳川総合保健福祉センター「水の郷」... ☎75・6200 ☎75・6210
 大和総合保健福祉センター「まほろばやまと」... ☎76・1111
 三橋総合保健福祉センター「サンブリッジ」... ☎72・7111
 月曜日の「水の郷」は休館のため「まほろばやまと」「サンブリッジ」にお問い合わせください。