

8月の保健ガイド



赤ちゃんコーナー

母子健康手帳交付

- 期日・会場 8月6日(月) = 柳川庁舎1階14番窓口、19日(日) = 水の郷
 - 時間 受付 = 9:30 ~ 9:45、説明 = 9:45 ~ 10:30
 - 対象 市内在住の妊婦さん(配偶者も一緒にどうぞ。初めてパパになる人には父子手帳をお渡しします)
 - 内容 赤ちゃんとお母さんのための制度説明など
 - 持ってくるもの 妊娠届出書、ボールペン
- ※上記日程で都合の悪い人は、健康係に連絡してください

マタニティーセミナー(要予約)

- 日時 8月19日(日)、10:30 ~ 11:30
- 会場 水の郷「和室」
- 対象 市内の妊婦とその配偶者
- 内容 パパの妊婦体験
- 持ってくるもの 母子健康手帳

赤ちゃんサロン

- 日時 8月7日(火)、9月4日(火)、10:00 ~ 11:30
- 会場 水の郷「和室」
- 対象 子育て中の人と妊娠中の人
- 内容 育児の悩みや疑問などの座談会風の意見交換や助産師からのアドバイス、体重測定ほか
- 持ってくるもの 母子健康手帳、オムツ、バスタオルなど

離乳食教室(要予約)

- 日時 8月8日(水)、10:00 ~ 11:30

- 会場 水の郷「和室」
- 対象 離乳食について知りたい人(5か月ごろから)
- 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

親子教室(要予約・定員10組)

- 日時 8月1日(水)、22日(水)、10:00 ~ 11:30
- 会場 水の郷「診察指導室」
- 対象 1歳以上の幼児と保護者(主に言葉や発達が心配な人)
- 内容 親子遊び、個別相談など

4か月児健康診査

- 日時 8月30日(木)、受付 = 13:00 ~ 13:45
- 会場 水の郷
- 対象 平成24年4月生まれ
- 内容 身体計測、小児科医の診察、保健師・栄養士の個別相談
- 持ってくるもの 母子健康手帳、バスタオル、すくすく台帳(P1~2を記入してきてください)

10か月児健康診査

- 日時 8月23日(木)、受付 = 13:00 ~ 13:45
- 会場 水の郷
- 対象 平成23年10月生まれ
- 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、歯科相談
- 持ってくるもの 母子健康手帳、バスタオル、10か月児アンケート(事前に記入してきてください)

1歳6か月児健康診査

- 日時 8月9日(木)、受付 = 13:00 ~ 13:45
- 会場 水の郷
- 対象 平成23年1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)、歯磨き相談、保健相談、栄養相談
- 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(事前に記入してきてください)

3歳児健康診査

- 日時 ①8月2日(木) ②9月6日(木)、受付 = 13:00 ~ 13:45
 - 会場 ①サンブリッジ②水の郷
 - 対象 ①平成21年7月生まれ ②平成21年8月生まれ
 - 内容 身体計測、検尿、診察(内科・歯科)、フッ素塗布(希望者のみ)、歯磨き相談、保健相談、栄養相談
 - 持ってくるもの 母子健康手帳、3歳児アンケート、安全チェックリスト(事前に記入してきてください)、当日朝の尿10cc程度
- ※家庭で視力検査をしてきてください

★乳幼児健診の注意事項

柳川市で初めて健診を受ける人は、すくすく台帳も持ってきてください。転入などで台帳を持っていない人は健康係に連絡してください。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を受けてください。

家庭でできる食中毒予防のポイント

～食中毒菌を「付けない、増やさない、やっつける」～

暑い夏は、家庭で食中毒に気を付けたいものです。以下のポイントに気を付けて予防しましょう。

●ポイント1 食品の購入

肉、魚、野菜などは新鮮なものを買きましょう。消費期限なども確認を。

●ポイント2 家庭での保存

冷蔵や冷凍が必要な食品は、すぐ冷蔵庫に保存を。肉や魚は汁がもれないようきちんと包みましょう。

●ポイント3 下準備、調理

こまめに手を洗いましょう。生肉や魚を切った包丁やまな板

は、洗って熱湯をかけると消毒効果があります。加熱する料理は十分に熱して調理を。

●ポイント4 残った食品

手洗い後に清潔な器具や容器に保存してください。時間がたち過ぎたり、ちょっとでも怪しいと思ったら思い切って廃棄を。

【教室などの申し込み、問い合わせ】市健康づくり課健康係 ☎77・8536

予防接種(個別接種)コーナー

個別接種分の各種予防接種は次の表のとおりです。市役所各庁舎と水の郷にある「母子保健・予防接種ガイドブック(24年度版)」に掲載している実施医療機関へ事前に予約して、接種してください。

種類	標準的接種年齢	回数
BCG	生後3~5か月	1回
3種混合	【初回接種】生後3~12か月(20日以上56日の間隔で接種)	3回
	【追加接種】初回接種後1年~1年半	1回
麻しん風しん混合	【1期】生後12~23か月	1回
	【2期】年長児(受診は3月31日まで)	1回
	【3期】中学1年生相当	1回
	【4期】高校3年生相当	1回
日本脳炎	【1期初回】3~4歳	2回
	【1期追加】1期初回接種後1年	1回
	【2期】小学4年生	1回

※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接種してください

※3種混合と日本脳炎1期(特例以外)は、未接種の場合、7歳6か月未満まで接種可能です

※麻しん風しん混合の3期と4期は、平成25年3月まで実施

※日本脳炎予防接種では、1期初回の3歳児、1期追加の4歳児、1期初回と一部未接種の8歳から10歳児について、積極的に接種を勧めています

◆平成17年以降に日本脳炎1期接種を逃した人へ

平成7年6月1日から19年4月1日生まれの人は、20歳未満まで日本脳炎予防接種ができます。

接種済み回数	これから接種する回数	接種間隔
0回	4回	6~28日あけて2回、2回目の約1年後に1回。2期は9歳以上で1期終了後6日以上あけて接種
1回	3回	6日以上あけて2回。2期は9歳以上で、1期終了後6日以上あけて接種
2回	2回	6日以上あけて1回。2期は9歳以上で、1期終了後6日以上あけて接種
3回	1回	9歳以上で1期終了後6日以上あけて接種

★予防接種の注意事項

事前に「予防接種と子どもの健康」をよく読み、受診の際は母子健康手帳を必ず持参ください。

予診票は保護者が責任を持って記入してください。

保護者以外の親族などが予防接種に連れていく場合は、保護者の「委任状」が必要です。委任状の用紙は健康係にあります。

成人コーナー

健康相談

生活習慣病予防のための無料健康相談です。保健師、看護師による血圧測定や検尿、健康相談、栄養相談を行います。

- 日時 8月21日(火)、9:30 ~ 11:00

- 会場 柳川庁舎1階ロビー
- 持ってくるもの 健康手帳など

8月のいきいきクラブ

介護予防の教室です。65歳以上の閉じこもりがちな人などが対象。定員がありますので、参加希

望者は事前に健康係まで連絡を。

- 時間 9:30 ~ 11:00

会場	曜日	実施日
有明まほろばセンター	水	1日
昭代就業改善センター	木	2日
柳河ふれあいセンター	金	3日
サンブリッジ	月	6日、20日
大和漁村センター	火	7日
蒲池環境改善センター	木	9日
上塩塚公民館	火	21日
崩道公民館	水	22日
水の郷	金	24日
まほろばやまとB	月	27日
皿垣公民館	火	28日

8月の在宅当番医

日曜、祝日の在宅当番医を紹介します。当番医は変更する場合がありますので、受診する前に医療機関や当日の新聞などで確認してください。

問い合わせは、各医療機関まで。

- 診療時間 午前9時~午後5時(医療機関で異なる場合あり)

【8月5日】

- ▷内科系 = よしやま内科(みやま市瀬高町小川 ☎62・6118)
- ▷外科系 = やながわ星子クリニック(柳河 ☎72・0835)

【8月12日】

- ▷小児科・内科 = 古賀医院(柳河 ☎72・2207)
- ▷外科系 = 木村回生医院(曙町 ☎73・2012)、甲斐田医院(西浜武 ☎72・3435)

【8月19日】

- ▷内科系 = きくち胃腸科内科クリニック(みやま市瀬高町下庄 ☎63・2223)
- ▷小児科 = 藤野医院(中島 ☎76・0011)
- ▷外科系 = くらだ整形クリニック(大浜町 ☎72・1111)

【8月26日】

- ▷内科系 = わたなべ内科クリニック(矢加部 ☎72・1636)
- ▷外科系 = 大城医院(矢留本町 ☎73・2427)、石橋眼科医院(みやま市瀬高町下庄 ☎62・2688)

【内科救急指定病院】

- 長田病院(下宮永町 ☎72・3501)

【外科救急指定病院】

- 鎌田外科病院(高畑 ☎72・7171)