

10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 10月12日(金)、24日(水) = 柳川庁舎1階14番窓口
 - 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

赤ちゃんサロン

- 日時 10月2日(火)、11月6日(火)
 - (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 子育て中の人と妊娠中の人
 - 内容 (午前の部) 座談会風の意見交換や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
- ※午前の部に引き続き、午後の部に参加する人は、昼食を持ってくることをお勧めします。
- 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 10月10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 10月3日(水)、17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(主に言葉や発音が心配な人)
- 内容 親子遊び、個別相談など
- 持ってくるもの タオル、飲みもの

幼児食教室(要予約・定員10組)

- 日時 10月30日(火)、10:00

~13:00

- 会場 水の郷「調理実習室」
- 対象 おおむね2歳以上の幼児とその保護者
- 内容 親子で楽しいクッキング
- 持ってくるもの エプロン、タオル、三角巾、飲みものなど(材料費として1組300円)
- 申込締切 10月22日(月)

4か月児健康診査

- 日時 10月25日(木)、受付=13:00~13:45
- 会場 サンプリッジ
- 対象 平成24年6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 10月18日(木)、受付=13:00~13:45
- 会場 サンプリッジ
- 対象 平成23年12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 10月11日(木)、受付=13:00~13:45
- 会場 サンプリッジ

- 対象 平成23年3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 ①10月4日(木) ②11月1日(木)、受付=13:00~13:45
 - 会場 ①サンプリッジ②まほろばやまと
 - 対象 ①平成21年9月生まれ ②平成21年10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。

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 10月9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

10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。会場と実施日は右の表を参照ください。

- 時間 9:30~11:00

会場	曜日	実施日
大和漁村センター	火	2日
有明まほろばセンター	水	3日
昭代就業改善センター	木	4日
柳河ふれあいセンター	金	5日、19日
蒲池環境改善センター	木	11日、25日
サンプリッジ	月	15日
上塩塚公民館	火	16日
まほろばやまとA・B	月	22日
血垣公民館	火	23日
崩道公民館	水	24日
水の郷	金	26日

【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
不活化ポリオ	【初回接種】生後3~12か月(20日以上の間隔で接種)	3回
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) 【追加接種】初回接種後1年~1年半	3回 1回
麻しん風しん混合	【1期】生後12~23か月 【2期】年長児(受診は3月31日まで) 【3期】中学1年生相当 【4期】高校3年生相当	1回 1回 1回 1回
日本脳炎	【1期初回】3~4歳 【1期追加】1期初回接種後1年 【2期】小学4年生	2回 1回 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。

まもなくインフルエンザのシーズンです

65歳以上は予防接種費用の一部を補助

毎年11月から3月を中心に流行するインフルエンザ。急に症状が悪くなり、38度以上の発熱と、筋肉や関節の痛みを伴うのが特徴です。高齢者や乳幼児は、重症化することがあり注意が必要です。

インフルエンザは、患者のせきやくしゃみで飛び散ったウイルスを吸い込むことで感染します。出掛けるときは人混みを避けマスクを着用し、帰宅したらうがい手洗いをしましょう。また、日ごろから十分な栄養と睡眠をとり抵抗力をつけておくことも大切です。

65歳以上の人などには、10

月から12月まで市が予防接種にかかる費用の一部を補助します。ぜひご利用ください。

- 対象者 65歳以上か60~64歳で心臓やじん臓、呼吸器、HIVによる免疫機能などの障害がある身体障害者手帳1級程度の人
- 持参するもの 健康保険証、身体障害者手帳、負担金1000円(生活保護世帯や市民税非課税世帯の負担金免除あり)
- 接種方法 接種一週間前までに医療機関へ予約すること

問い合わせは、健康づくり課健康係(☎77・8536)まで。

10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)

【10月7日】

- ▷内科系 = 松尾医院(白鳥☎72・2842)
- ▷小児科 = よこち小児科医院(上宮永町☎72・1800)
- ▷外科系 = 久富整形外科医院(みやま市瀬高町上庄☎63・5388)

【10月8日】

- ▷内科 = やながわクリニック(下百町☎73・8755)、長田病院(下宮永町☎72・3501)
- ▷小児科 = ほほえみクリニック(みやま市瀬高町下庄☎62・5050)
- ▷外科系 = 龍眼科医院(坂本町☎73・0880)、津留医院(豊原☎74・5099)

【10月14日】

- ▷小児科・内科 = 田中内科医院(みやま市瀬高町上庄☎63・8511)
- ▷外科系 = 産科・婦人科みたむらクリニック(上宮永町☎74・2020)、整形外科・皮膚科柳川ツジ医院(柳河☎72・1122)

【10月21日】

- ▷内科系 = 町野医院(新船津町☎73・2246)
- ▷小児科 = 二宮医院(本町☎73・2600)
- ▷外科系 = 東山クリニック(みやま市瀬高町長田☎64・4130)

【10月28日】

- ▷内科系 = 工藤胃腸科内科医院(みやま市瀬高町太神☎63・7711)
- ▷小児科 = 井口こどもクリニック(今古賀☎72・1888)
- ▷外科系 = 高橋皮ふ科医院(本町☎74・4155)、江頭整形外科医院(本城町☎73・8480)

【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)