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／６月３日（水）、６月17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）
●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
※初めてパパになる人には、父子手帳をお渡しします。
※上記日程が不都合な人は、健康係に連絡してください。

■赤ちゃんサロン

●日時／６月２日（火）、７月７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／子育て中のすべての人
●内容／（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
※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すすめします。
●持ってくるもの／母子健康手帳、オムツ、バスタオルなど

■親子教室（要予約・定員10組）

●日時／６月10日（水）
10:00 ～ 11:30
●場所／水の郷「いきいきルーム」
●対象者／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／保育士が遊び方や関わり方をアドバイス。おもちゃ作り、季節の遊び、外遊び、歌遊びなど（個別相談も受け付けます）

■離乳食教室（要予約）

●日時／６月10日（水）
13:30 ～ 15:00
●会場／水の郷「和室」
●対象／離乳食について知りたい人（５か月ころから）
●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、水分など

■４か月児健康診査

●日時／６月25日（木）
受付 13:00 ～ 13:45
●会場／水の郷
●対象／平成21年２月生まれ
●内容／身体計測、内科診察、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／６月18日（木）
受付　13:00 ～ 13:45
●会場／水の郷
●対象／平成20年８月生まれ
●内容／身体計測、内科診察、保健師・栄養士の個別相談、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／６月11日（木）
受付　13:00 ～ 13:45
●会場／水の郷
●対象／平成19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／①６月４日（木）
②７月２日（木）
受付はいずれも 13:00 ～ 13:45
●会場／①水の郷
②サンブリッジ
●対象／①平成18年５月生まれ
②平成18年６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、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
※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。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。

■予防接種（個別接種）

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	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歳～４歳	２回
	１期追加：１期初回接種後１年	１回
	２期：小学校４年生	１回

予防接種の注意事項

★ＢＣＧ、２種・３種混合、麻しん風しん混合、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を）へ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。

※三種混合と日本脳炎１期は、標準的接種年齢を記載していますが、未接種の場合７歳６か月未満まで接種可能です。
※麻しん・風しんワクチンは、20年４月から３期、４期が追加されました（５年間限定）。
※日本脳炎予防接種は、17年５月の厚生労働省の勧告を受け、積極的には勧めていません。
※保護者以外の親族などが予防接種に連れて行く場合は、保護者の「委任状」が必要です。用紙は健康係にあります。

「母子保健・予防接種ガイドブック（21年度版）」を市役所各庁舎で配布しています。

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や検尿、健康相談、栄養相談を行います。お気軽にどうぞ。
●日時／６月２日（火）
9:30 ～ 11:00
●会場／まほろばやまと
●持ってくるもの／健康手帳など

■個別健康相談（要予約）

予約制の健康相談を行います。
●日時／６月23日（火）、9:00 ～ 11:00、13:30 ～ 16:00
●予約／事前に健康係へ連絡を。

■６月のいきいきクラブ

介護予防を目的とした教室で、レクリエーションなどをします。65歳以上の閉じこもりがちな人などが対象です。参加希望者は事前に健康係まで連絡を。

会場	曜日	実施日
サンブリッジ	月	１日、15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、17日
昭代就業改善センター	木	４日、18日
柳河ふれあいセンター	金	５日、19日
まほろばやまと	月	８日、22日
皿垣公民館	火	９日、23日
崩道公民館	水	10日、24日
蒲池環境改善センター	木	11日、25日
水の郷	金	12日、26日
塩塚公民館	火	16日

●時間／ 9:30 ～ 11:00

乳幼児期のテレビやビデオなどとの上手なつきあい方

■母乳やミルクをあげるときは、テレビを消して赤ちゃんの顔を見て語りかけましょう

赤ちゃんはお母さんの声を聞いたり、肌に触れたりして温かさを感じます。おっぱいを飲んで安心し、味やにおいもわかります。赤ちゃんは五感を使いながら心も体も成長していきます。

■赤ちゃんに語りかけ、触れ合いましょう

乳幼児期は、言葉や対人関係など社会性が発達する大切な時期です。お互いのやりとりが乳幼児期の成長や発達を促します。語りかけや肌の触れ合いは子どもたちへの最高のプレゼントです。

■ノーテレビデーを作りましょう

幼時期は、テレビやビデオの幼児向け番組を見て音楽や映像を楽しむ機会が増えます。親子で音楽に合わせて踊ったり話したりして楽しむのもよいでしょう。しかし、つけっぱなしでテレビやビデオにお任せの育児はよくありません。ノーテレビデーを作るなどして上手に付き合っていきましょう。

６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。受診する前に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）

【６月７日】
▷内科系＝益子医院（茂庵町☎73・2053）
▷外科系＝植田医院（みやま市山川町尾野☎67・2737）

【６月14日】
▷小児科・内科＝吉田小児科医院（垂見☎74・0550）
▷外科系＝龍外科医院（宮永町☎72・2100）、石橋眼科医院（みやま市瀬高町下庄☎62・2688）

【６月21日】
▷内科系＝川口内科医院（高畑☎73・2007）
▷外科系＝内田医院（塩塚☎76・3003）

【６月28日】
▷内科系＝松永医院（新外町☎72・5711）
▷外科系＝龍眼科医院（坂本町☎73・0880）、星子医院（下百町☎72・0123）

【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）

■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、健康づくり課健康係（柳川庁舎☎77・8536）まで。