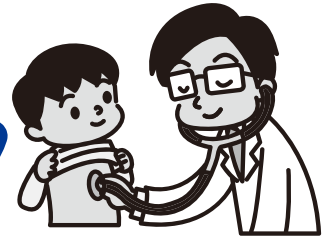


# 健康インフォメーション



申し込み・問い合わせ 健康課 ☎0561(37)5813

## 予防接種法に基づく予防接種

	種目・対象者	とき	その他
集団接種	B C G・12カ月未満児	9月5日(火)、20日(水)	標準的な接種期間は、生後5カ月～8カ月未満
	受付時間 13:20～14:00 場 所 健康づくりセンター（いこまい館2階） 持 ち 物 母子健康手帳、予診票(要記入)、体温計 ※体調が心配な人は、当日主治医の許可を得てからお越しください。		
個別接種	4種混合、2種混合、麻しん風しん(混合ワクチン)、水痘、不活化ポリオ、日本脳炎、Hib(ヒブ)、小児用肺炎球菌、B型肝炎、子宮頸がんの予防接種は、年間を通じて実施しています。 予防接種つづりの中の予診票をお持ちの上、町指定医療機関で接種してください。(要予約) 予診票がない人は、母子健康手帳を持って健康課(いこまい館2階)へお越しください。		

### 上記予防接種の注意

- ・母子健康手帳を忘れると接種できません。
- ・事前に予防接種説明書「予防接種とこどもの健康」を読んできてください。
- ・乳幼児、小中学生の予防接種で、町外(県内に限る)の主治医による接種を希望する人は、接種前に必ず健康課に申請してください。申請がないと全額本人負担となります。
- ・お子さんが定期接種を受ける場合、保護者(親権を行う者または後見人)が同伴してください。やむを得ない理由により同伴できない場合は、お子さんの健康状態を普段からよく知っていて、予診票の内容をよく理解している親族などが同伴してください。その場合は保護者の委任状が必要ですので、健康課にお問い合わせください。



### 特定健診・長寿健診を受けましょう

職場で健診を受ける機会のない40歳以上の東郷町国民健康保険加入者・後期高齢者医療制度加入者は、特定健診・長寿健診を無料で受診できます。

**とき** 11月末まで

**ところ** 町指定医療機関(広報とうごう5月号または4月中旬に対象者に郵送した案内参照)

**持ち物** 受診券(4月中旬に対象者に郵送済み)、保険証、昨年度の健診結果(心電図・眼底検査実施時に必要)

※受診券を紛失した場合は、再発行しますので健康課へお越しください。

### 高齢者インフルエンザの予防接種が始まります

**とき** 10月1日～平成30年1月末

**ところ** 町指定医療機関(保険事業年間スケジュールまたは町ホームページ参照)

**内容** インフルエンザワクチンを1回接種

※2回目は任意接種(全額自己負担)。

**対象** 接種時に次のいずれかに当てはまる人

①65歳以上②60～64歳で心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる機能のいずれかに障がいのある人(身体障害者手帳1級)

**費用** 1,100円(生活保護世帯の人は無料ですが、事前に申請が必要です。接種前に健康課へお越しください)

### 健康づくりに取り組んでいますか？

6月から、「いきいきとうごう健康マイレージ事業」が始まりました。この事業は、生活習慣の改善に取り組んだり、健康講座に参加したりしてチャレンジシートにポイントをためると、お得なサービスが受けられるというものです。

この機会に、ぜひ健康づくりに取り組みませんか。

#### チャレンジシートの入手方法

・健康課窓口または役場総合案内でもらう。

・町ホームページでダウンロードする。

※広報とうごう6月号と同時に全戸配布しています。

#### ポイントのためかた

・自分で健康づくりの目標を立てて取り組む【1ポイント】

例：とうごう体操をする、朝ごはんを食べる

・イベント・教室などに参加する【5ポイント】

例：町の健康教室に参加する、地区の草取りに参加する

・健診(検診)・健康相談・予防接種を受ける【5ポイント】

例：職場の健康診断を受ける、歯にフッ素を塗布する

#### 100ポイント以上ためると「まいかカード」を進呈

100ポイント以上ためて健康課にチャレンジシートを提出した人全員に、まいかカードをお渡しします。

県内700以上の協力店でまいかカードを提示すると、お得なサービスが受けられます。抽選で賞品が当たるダブルチャンス特典もあります。



	事業名	とき	対象	内容・その他
健診	4か月児健診	9月6日(水)	平成29年4月21日～5月10日生	持ち物: 母子健康手帳、問診票(要記入)、バスタオル
		9月27日(水)	平成29年5月11日～5月31日生	
	1歳6か月児健診	9月19日(火)	平成28年2月生	持ち物: 母子健康手帳、問診票(要記入)、タオル、フッ素代300円(希望者のみ) ※歯みがきをしてからお越しください。(フッ素は、きれいな状態の歯に塗ることで効果が得られます)
	2歳児歯科健診	9月7日(木)	平成27年8月生	
		10月5日(木)	平成27年9月生	
3歳児健診	9月12日(火)	平成26年8月生	持ち物: 母子健康手帳、問診票(要記入)、目と耳のアンケート(要記入)、尿	
※受付時間…4か月児健診(第2子以降は13:10、第1子は13:45)、その他の健診…個人通知した時間 ※未受診の人も上記の日程にお越しください。また、該当する健診日に受けられない場合は、次回の健診日にお越しください。				
相談	お誕生日相談(11、12カ月児)	9月27日(水) 受付第1子…9:30 第2子以降…10:30 ※個別に通知します。	平成28年9月生	身長・体重測定、お話「ふれあい遊び」「ことばの育て方」「1歳からの食事」、個別相談(医師による診察はありません) 持ち物: 母子健康手帳、お誕生日相談アンケート
	赤ちゃん相談 離乳食相談	9月5日、10月3日(火) 受付10:00～11:00	0～12カ月児	身長・体重測定 保健師による子育て相談(発育、発達、くせ、気になることなど)
	育児相談 栄養相談	9月12日、19日(火) 受付10:00～11:00	0カ月～就学前	管理栄養士による栄養相談
	ことばの相談	9月14日、21日(木) 13:00～17:00	1歳6カ月児～3歳	臨床心理士によることば、発達、育児の相談 ※予約制
	4歳児発達相談	9月12日(火)	年少児	臨床心理士による発達検査・相談 1人1時間30分程度 ※予約制
	子育て相談(電話・面接)	月～金曜日 9:00～16:00 (祝日を除く)	妊産婦、乳幼児	保健師による子育て、しつけ、発達、病気などの相談 ※面接の場合は事前にご連絡ください。
教室	離乳食教室(中～後期編:2回食以降の進め方を学びます)	9月13日(水) 受付9:50 ※託児申し込み者は9:30 開催10:00～11:30	7～10カ月の児を持つ親(定員15人)	離乳食の調理実習と試食、お話(相談可) 持ち物: 母子健康手帳、筆記用具、エプロン、三角巾、食器用布巾、手拭き ※予約制 ※託児(0歳児のみ・有料)は要予約。希望者は9月6日(水)までに申し込んでください。なお、お子さんの同伴はお控えください。
	子育てクラブ<3～6カ月>	9月20日(水) 受付9:50 開催10:00～11:30	3～6カ月の児とその親	「赤ちゃん体操」、「ふれあい遊び」、「事故防止の話」、「お口のお手入れの話」 持ち物: 母子健康手帳、バスタオル
	なかよし教室	うさぎ組 9月7日(木) ぞう組 9月21日(木) 受付9:10 開催9:30～11:00	うさぎ組 1歳6カ月～おおむね2歳 ぞう組 おおむね2歳～就園前	ことば、発達、育児について心配のある親子 担当: 保健師、保育士、臨床心理士 ※要事前相談
	あひるクラブ(双子交流会)	9月6日(水)* 10月4日(水)* 開催10:30～11:30	双子・三つ子を持つ親 および妊娠中の人	双子・三つ子を妊娠中、および子育て中のお父さん、お母さんの集まりです。 *開放日のため保健師はいません。
	パパママ教室2回目	9月23日(土) 開催9:30～11:30	妊婦と夫 妊婦のみも可	「陣痛緩和マッサージ」 <sup>もくよく</sup> 、「沐浴体験」 持ち物: 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル ※予約制
場所: 健康づくりセンター(いこまい館2階)				

### 母子健康手帳・妊産婦乳児健康診査受診票の交付

妊娠初期から妊婦健診を受けられるよう、早めに申請しましょう。(いこまい館2階の健康づくりセンターで随時交付)  
 受診票の交付には、マイナンバーが必要です。①個人番号の通知カード②個人番号の表示がある住民票③個人番号カードのいずれかをお持ちください。(①②の場合は、運転免許証など写真付きの本人確認書類も必要です。また、妊婦本人以外が代理で申請する場合は、委任状と代理人の写真付きの本人確認書類も必要です)