

■乳幼児のための健康相談・母と子の教室・健診・相談

| 行事名 | 日程 | 対象 | 方法 / 内容 |
|---------------------|-------------------------------------|---------------------|---|
| マタニティ教室 ※申込制 | 12 / 3 (月)・4 (火) 受 13:00 ~ 13:30 | 妊娠中の人 (2回で1コース) | 内 妊娠中の過ごし方と出産についての指導、栄養指導と簡単な軽食づくり 申場 保健センター |
| 2歳6ヵ月児歯科健診 ※申込制 | 11 / 15 (木) 受 9:00 ~ 9:20 | 2歳6ヵ月~2歳9ヵ月児 | 内 歯科健診、フッ素塗布、ブラッシング指導など 定 30人 申場 保健センター |
| すこやか子ども相談 ※時間予約制 | 11 / 20 (火) | 乳児から就学までの児童と保護者 | 内 保健師・栄養士などが子どもの発育、保育などについて相談を受けます。 申場 保健センター |
| 発達相談 ※時間予約制 | 随時 | 発育・発達やことばの遅れなどが心配な人 | 内 発達相談員による個別相談 申場 保健センター |

■成人のための検診・相談 (対象年齢は、平成25年3月31日現在の年齢。70歳以上の人は無料)

| 検診名・行事名 | 日程 | 対象 | 方法 / 内容 |
|----------------------|--|--|---|
| 胃がん検診 ※申込制 | 11 / 22 (木) 受 8:30 ~ 9:30 | 35歳以上 | 内 問診、バリウムを飲んでのレントゲン撮影 費 900円 定 80人 申場 保健センター |
| 大腸がん検診 ※申込制 | 11 / 22 (木) 受 10:00 ~ 18:00 | 35歳以上 | 内 問診、検便による潜血反応検査 費 500円 申場 保健センター |
| B・C型肝炎ウイルス検診 ※申込制 | 11 / 22 (木) 受 9:30 ~ 10:30 | 対象…①40歳以上で、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことのない人 ②40歳以上で、過去の検診などで肝機能に異常のあった人(肝炎で治療中・経過観察中の人は除く) 内 問診、血液検査によるB型(HBs抗原)・C型(HCV抗体)肝炎ウイルス検査 費 600円 申場 保健センター | |
| 歯周疾患検診 ※申込制 | 11 / 22 (木) 受 9:00 ~ 10:00 | 30歳以上 注 治療中の人は対象外 | 内 むし歯、歯周病などの検診、歯科指導 申場 保健センター |
| 乳がん個別検診 | 県内指定医療機関で 平成25年2月末日まで 注 受診票は保健センター | 40歳以上の女性 (2年に1回の受診) 注 妊娠中の人は対象外 | 内 マンモグラフィ(費2,000円)、視触診(費800円) 注 マンモグラフィと視触診はセット受診 申場 県内指定医療機関 |
| 子宮がん個別検診 | で発行しています。 | 20歳以上の女性 (2年に1回の受診) 注 妊娠中の人は対象外 | 内 子宮頸部(費2,000円) 注 医師が必要と認めた場合、子宮頸部と体部がん検診(費2,900円) 申場 県内指定医療機関 |
| 健康なんでも相談 ※申込制 | 随時 | 成人 | 内 血圧、体脂肪測定、栄養・歯科・保健相談など 申場 保健センター |

■成人のための予防接種

| 予防接種名 | 日程 | 対象 | 方法 / 内容 |
|----------------|--------------|---|---------|
| 高齢者インフルエンザ予防接種 | 平成24年12月末日まで | 対象…接種当日に①満65歳以上の人 ②満60~64歳で、内科障害などのため医師が予防接種が必要と認めた人 費 1,500円 申場 町内委託医療機関 注 町外医療機関での接種を希望する人は、事前に保健センターで手続きが必要です。(自己負担金1,500円と認印を持参) | |

11月から 四種混合ワクチンが導入されます

11月から定期予防接種に四種混合ワクチン(三種混合ワクチンに不活化ポリオワクチンを混合したもの)が導入されます。

平成24年8月1日以降に生まれた人は、四種混合ワクチンの対象になるため、順次、案内文と予診票を郵送します。

平成24年8月以前に生まれた人で四種混合ワクチンを受ける人は、お手持ちの三種混合・ポリオ予診票と四種混合予診票の差し替えが必要です。

右の表を参照のうえ、接種すべきワクチンが分からない人は保健センターまでお問い合わせください。

四種混合ワクチンの対象と受け方

| | |
|------|--|
| 対象 | 生後3ヵ月~7歳6ヵ月未満で、三種混合ワクチン・ポリオワクチンのいずれも未接種の人 注 平成24年8月以前に生まれた人で、まだ三種混合ワクチン・不活化ポリオワクチンのいずれも接種していない人は、四種混合ワクチンを受けることができます。 |
| 受け方 | 初回接種 20~56日までの間隔において3回接種 ※標準的な接種期間…生後3~12ヵ月 追加接種 初回接種終了後6ヵ月以上の間隔において1回接種 ※標準的な接種期間…初回接種終了後、生後12~18ヵ月 |
| 実施場所 | 町内委託医療機関 |

問 保健センター ☎ 33-8000(4月から健康づくりセンター内に移転しました。詳しくは左上の地図を参照)

11月の健康カレンダー



問 保健センター ☎ 33-8000 ☎ 33-8010 / 宮古 404 の 7
8:30 ~ 17:15 (土・日曜日、祝日を除く)

受 = 受付 内 = 内容 定 = 定員 費 = 費用 申 = 申込 場 = 場所 注 = 注意
自動車でお越しの際は、保健センター専用駐車場をご利用ください。



■乳幼児のための予防接種 (各種予防接種の内容に関する相談は、保健センターへお問い合わせください)

※ 転入などで予診票を持っていない人は、保健センターへ申し出てください。

集団接種

| 予防接種名 | 日程 | 対象 | 方法 / 内容 |
|---------------------------------------|--|-------------------|---|
| BCG (結核) | 11 / 9(金)、12 / 5(水) 受 13:30 ~ 13:50 | 生後3ヵ月~ 6ヵ月未満 | 内 1回接種 場 保健センター 注 できるだけ早く受けましょう。 |
| ポリオ (急性灰白髄炎) ※ 9月から不活化ワクチンに切り替え | 11 / 6(水)・7(木) 受 13:30 ~ 14:30 | 生後3ヵ月~ 7歳6ヵ月未満 | 内 1期初回 (20~56日の間隔をあけて3回接種) 1期追加 (1期3回 目終了後、1年~1年6ヵ月の間に1回接種) 場 保健センター 注 9月から2枚複写の予診票に変更しました。接種が完了していない人へ予診票を郵送 していますので、当日ご持参ください。注 1期追加は現在定期予防接種に承認されて いないため、公費では受けられません。承認され次第、広報紙でお知らせします。 |

個別接種 (町内委託医療機関で受付)

| 予防接種名 | 対象 | 方法 / 内容 |
|-----------------------------------|--|---|
| 三種混合 (ジフテリア) (百日咳) (破傷風) | 生後3ヵ月~ 7歳6ヵ月未満 | 内 1期初回 (20~56日の間隔をあけて3回接種) 1期追加 (1期3回目終了後、 1年~1年6ヵ月の間に1回接種) 申 場 町内委託医療機関 注 2枚複写の予診票に変更しています。新しい予診票を持っていない人は、母子 健康手帳を持って保健センターへお越しください。 |
| 二種混合2期 (ジフテリア) (破傷風) | 小学6年生 注 対象者へ5月に予診票を送付 しています。 | 内 三種混合 (1期) の免疫ができていない人に1回接種 実施期間: 平成25年3月31日まで 場 町内委託医療機関 |
| 麻しん風しん 混合ワクチン (MR) | 内 1期: 生後12~24ヵ月未満 2期: 小学校就学前の年長児 (平成18年4月2日~平成19年4月1日生まれ) 3期: 中学1年生 4期: 高校3年生相当 (3・4期の実施期間: 平成25年3月31日まで) 申 場 町内委託医療機関 | |
| 日本脳炎 | 3歳~7歳6ヵ月未満 注 3歳の誕生日に予診票を送付 します。 | 内 1期初回 (1~4週間間隔で2回接種) 1期追加 (初 回2回接種後、おおむね1年後に1回接種) 申 場 町内委託医療機関 |
| | 9~13歳未満で1期接種を完 了していない人 | 内 続きから接種を受けることができます。 申 場 町内委託医療機関 |
| | 9~13歳未満で1期接種を完 了した人 | 内 2期 (1回接種) 申 場 町内委託医療機関 |

注 接種を希望する人は母子健康手帳を持って保健センターへお越しください。過去の予診票つづり (ピンク色の冊子) に付いている予診票は使えません。

平成17~21年度に日本脳炎の予防接種の機会を逃した人は不足回数分を接種できます

平成7年6月1日~平成19年4月1日生まれの人で、第1期の接種回数 (3回) と第2期 (1回) の合計4回の接種に不足回数がある場合は、不足分を接種することができます。ただし、第2期の接種は、9歳以上でないと接種できません。
注 接種を希望する人は母子健康手帳を持って保健センターへお越しください。

■乳幼児のための健康相談・母と子の教室

| 行事名 | 日程 | 対象 | 方法 / 内容 |
|----------------------|--|------------------------|---|
| 乳児健康診査 (4~5ヵ月児) | 11 / 14(水) 受 13:00 ~ 13:30 | 平成24年6月生まれ | 内 内科診察、問診、身体計測、育児・発達・栄養 (離乳食) 相談、絵本の読み聞かせ 場 保健センター |
| 乳児健康相談 (10~11ヵ月児) | 11 / 14(水) 受 9:00 ~ 9:30 | 平成23年12月生まれ | 内 問診、身体計測、育児・発達・栄養・歯科相談など 場 保健センター |
| 1歳6ヵ月児 健康診査 | 11 / 28(水) 受 13:00 ~ 13:30 | 平成23年4月11日~ 5月5日生まれ | 内 内科・歯科診察、問診、身体計測、育児・発達・栄養・ 歯科相談など 場 保健センター |
| 3歳6ヵ月児 健康診査 | 11 / 26(月) 受 13:00 ~ 13:30 | 平成21年3月1日~ 4月15日生まれ | 内 内科・歯科診察、検尿、視力・聴力検査、問診、身体 計測、育児・発達・栄養・歯科相談など 場 保健センター |
| 赤ちゃん体操教室 ※ 申込制 | 11 / 21(水)、12 / 10(月) 受 9:15 ~ 9:30 | 乳児と保護者 | 内 赤ちゃん向けの遊びを中心とした体操の紹介など 定 30人 申 場 保健センター |
| 赤ちゃんクッキング ※ 申込制 | 11 / 30(金) 受 13:00 ~ 13:30 | 生後6ヵ月までの乳児の 保護者 | 内 離乳食の作り方の指導など 申 場 保健センター |