

# 成人

保健センターを利用されるときは、健康手帳をお持ちください。健康手帳の交付は随時行っています。

内容	とき		ところ	対象	備考
	日	時間			
健康チェックの日	毎月第1・3水曜日 (祝日除く)	9:00 ～11:00	保健センター	一般 成人	内容…保健師による健康相談、血圧測定、体脂肪測定、尿検査、禁煙相談 ※栄養士・作業療法士・歯科衛生士による相談は予約が必要です。
臨床心理士による こころの健康相談	9日(木)※	9:30 ～11:30 ◎予約制			申込…保健センター(電話可) 内容…臨床心理士によるこころの健康相談(相談時間は1人30分程度です)。
いきいき ウォーキング	毎月第1・3木曜日 (祝日除く、雨天中止)	9:00 ～10:00 (集合時間 9:00)	お祭り広場 (下本町)	一般 成人	持ち物…水分補給用の飲み物、帽子、タオル 内容…準備運動、五条川沿いのウォーキング、整理運動 ※歩く距離と速さは自分のペースで調整できます。
	毎月第2・4水曜日 (祝日除く、雨天中止)	9:00 ～10:00 (集合時間 9:00)	八剣憩いの 広場		
五条川 ボール ウォーキング	毎週金曜日 (祝日除く、雨天中止)	9:00 ～10:00 (集合時間 9:00)	お祭り広場 (下本町)		持ち物…ボール、水分補給用の飲み物、帽子、タオル 内容…運動前後のボール体操、五条川沿いのボールウォーキング ※歩く距離と速さは自分のペースで調整できます。 ※ボールの貸出希望者は事前に保健センターに予約が必要。

※ボールウォーキングは推進隊の自主活動で、専門の講師はいませんので、予めご了承ください。  
※こころの健康相談は、日程が変更になる場合があります。詳しくは保健センターにお問い合わせください。

## 予防接種

### ■こどもの予防接種について

「予防接種予診票綴り」と「予防接種とこどもの健康」(冊子)をよく読んでから、予防接種を受けましょう。

#### ◎予防接種予診票(定期予防接種)について

生後2か月頃に「予防接種予診票綴り」と「予防接種とこどもの健康」(冊子)を郵送しています。転入した人や予診票がない人は、母子健康手帳を持って、保健センターにお越しください。

◎集団予防接種 接種場所：保健センター 持ち物：母子健康手帳、予診票 ※診察および接種は13:30から開始

名称	対象者	実施日	受付時間	接種回数・備考
BCG	5か月～8か月児 (1歳までに接種)	2月9日(木) 2月20日(月)	13:00 ～14:00	1回接種 ※健康時の体温を確認しておきましょう。また、接種当日は朝の体温を測っておきましょう。

◎個別予防接種 予防接種予診票綴りに記載されている個別予防接種(BCG以外)は、委託医療機関(綴りに同封されている医療機関一覧表参照)に予約してください。

持ち物：母子健康手帳、予診票、健康保険証等

※乳幼児または小学生でやむを得ない事情で保護者が同伴できない場合は、お子さんの健康状態のわかる親族等の同伴で接種することができます。その場合は、保護者の委任状が必要です[委任状は岩倉市ホームページ(アドレス裏表紙参照)からダウンロードできます]。

#### ◎B型肝炎予防接種について

平成28年10月1日に定期接種に追加されました。平成28年4月生まれ以降で1歳に至るまでのお子さんが対象です。ただし、母子感染予防でB型肝炎ワクチンを接種したお子さんは対象外となります。対象者には個別通知をします。

### ■児童・生徒の予防接種について

#### ◎日本脳炎予防接種について

積極的勧奨の差し控えにより、平成8年4月2日～平成19年4月1日生まれのお子さんは、20歳未満までの間に4回の不足分が接種できます。また、平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれのお子さんは、9歳から13歳未満の間に、1期の未接種分を接種することができますので、保健センターにお問い合わせください。

特例対象者にあたるお子さんで、平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれと、平成10年4月2日～平成11年4月1日生まれで2期が完了していないお子さんには、4月末に個別通知をしています。また、平成28年度中に9歳になるお子さんには、順次個別通知(2期)をしています。

#### ◎二種混合予防接種について

小学校6年生のお子さんが対象です。対象者には、4月に個別通知をしています。

#### ◎子宮頸がんワクチン予防接種について

中学校1年生～高校1年生に相当する女子が対象です。平成28年11月末現在、積極的にはお勧めしていません。

### ■高齢者肺炎球菌予防接種について

定期接種対象者には、4月末に個別通知をしています。

なお、定期接種対象者に該当しない65歳以上の人で接種を希望する場合は、任意予防接種として接種費用の一部を助成します。詳しくは、保健センターにお問い合わせください。

### ■市内委託医療機関以外での接種について

かかりつけ医が市外の医療機関にある等の理由で、市外で接種を希望する場合は、接種する前に申請が必要となります。接種日の2週間前までに、こどもの予防接種に関しては母子健康手帳を、高齢者の予防接種に関しては本人確認ができるもの(免許証等)をもって、保健センターにお越しください。

### ■風しんワクチン(麻しん風しん混合含む)の接種費用の助成について(任意接種) ※申請期限：平成29年4月3日(月)まで

接種日に岩倉市民で、次の①および②の両方に該当する人に接種費用の一部を助成します(平成29年3月末までに接種)。

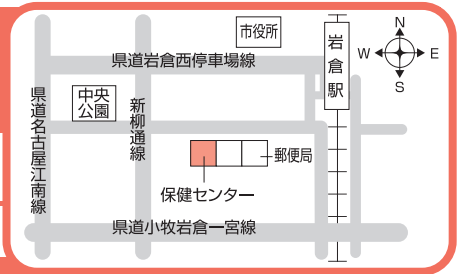
- ① 妊娠を予定または希望する女性(ただし、経産婦、妊婦、風しん(麻しん風しん混合含む)ワクチン接種歴がある人、風しん罹患歴がある人を除く)
- ② 平成28年4月から平成29年3月までに受けた風しん抗体検査で抗体が陰性と確認できた女性

### ■市民税非課税世帯(生活保護受給世帯含む)の予防接種費用の助成について

上記の高齢者肺炎球菌、高齢者インフルエンザ、風しんワクチンの接種については、接種費用の自己負担分を全額助成します。該当する人は、接種する前に、印かん、個人番号カード[通知カードの場合は、本人確認ができる書類(運転免許証、保険証)]を持って、保健センターにお越しください。

# 2月の保健センター案内（予定）

保健センターでは、保健師等による育児や健康に関する電話相談（☎66-7300）を土・日曜日、祝日を除く毎日（時間9：00～12：00、13：00～16：00）行っています。



## 子どもとお母さん

駐車場が少ないため、車でのお越しはなるべくご遠慮ください(★の事業は要予約。先着順)。 問合せ先 ☎37-3511

内容	とき			対象	備考・持ち物（母子健康手帳）
	日	時間	受付		
母子健康手帳交付	毎週木曜日 (祝日除く)	10：00～	9：45～11：00 (初産の人は10時までに受付)	妊婦	持ち物…妊娠届出書 内容…母子健康手帳の使い方、出産後の手続き等についての話 ※初産の人は10：00～11：00までお話を聞いていただきます。ご都合のつかない人は電話でご連絡ください。
プレママと産後ママの交流会	10日(金)	10：00～11：30	9：45～10：00	妊婦と0～3か月の児を持つ産婦	内容…妊産婦同士の交流会、妊産婦のための食事についての話、乳児（0～3か月児）の体重測定
★パパママセミナー	4日(土)	10：00～11：30	9：45～9：55	妊娠6か月以降の初めて親になる夫婦（定員20組）	申込…1月4日(水)～31日(火)保健センター（電話可） 内容…お父さんの役割について、分娩の経過や育児について
★妊婦歯科健康診査	1日(水)	13：20～14：25	◎予約制	妊婦	申込…保健センター（電話可） 持ち物…歯ブラシ、歯磨き粉 内容…歯科健診、歯こう染め出し、ブラッシング指導
乳幼児健康相談	13日(月)	9：00～	9：00～10：45	乳幼児	内容…身長・体重測定、育児・栄養・運動発達・歯科・母乳相談（★母乳相談は要予約）
★こども発達相談	17日(金)	9：00～11：00	◎予約制	乳幼児	内容…保健師・作業療法士による身体やことばの発達などの相談 ※要予約
4か月児健康診査(個別通知)	10日(金)	12：45～	12：45～13：30	平成28年10月1～15日生まれ	持ち物…問診票 内容…身長・体重測定、発達チェック、内科診察、育児の話(所要時間 1時間半～2時間)
	21日(火)		12：45～13：30	平成28年10月16～31日生まれ	
★これから始める離乳食教室	7日(火)	10：00～11：15	9：45～10：00	4～6か月児(定員20組)	申込…1月4日(水)～保健センター（電話可） 持ち物…バスタオル、おてふき 内容…離乳食のはじめ方の話、調理実習、試食（保護者）、絵本の読み聞かせ
★後期離乳食教室	21日(火)	10：00～11：00	9：45～10：00	9～11か月児(定員20組)	申込…1月4日(水)～保健センター(電話可) 持ち物…おんぶひも(抱っこひも) 内容…離乳期後期の親子の生活習慣と食事についての話、調理のデモンストレーション
★かみかみ歯ピカ教室	3日(金)	9：30～11：00	9：15～9：30	1歳～1歳6か月児(定員15組)	申込…1月4日(水)～保健センター（電話可） 持ち物…仕上げ磨き用歯ブラシ、コップ、エプロン 内容…幼児食と歯の話、歯こう染め出し、ブラッシング指導
1歳6か月児健康診査(個別通知)	7日(火)	12：45～	12：45～13：30	平成27年7月生まれ	持ち物…仕上げ磨き用歯ブラシ、問診票 内容…身長・体重測定、発達チェック、内科診察、歯科健診、フッ化物塗布 ※歯をみがいてきてください（所要時間 約2時間）。
2歳児歯科健康診査	6日(月)	12：45～	12：45～13：30	平成27年2月生まれ	持ち物…仕上げ磨き用歯ブラシ、コップ、エプロン 内容…歯科健診、虫歯予防・栄養の話、歯こう染め出し、ブラッシング指導、フッ化物塗布 ※歯をみがいてきてください（所要時間 約2時間）。
2歳6か月児親子歯科健康診査	3日(金)	12：45～	12：45～13：30	平成26年7月生まれの児とその親	持ち物…仕上げ磨き用歯ブラシ、コップ、エプロン 内容…歯科健診（親と子）、虫歯と歯周病予防・育児の話、歯こう染め出し、ブラッシング指導、フッ化物塗布 ※歯をみがいてきてください（所要時間 約2時間）。
3歳児健康診査(個別通知)	14日(火)	12：45～	12：45～13：30	平成26年2月生まれ	持ち物…仕上げ磨き用歯ブラシ、問診票など 内容…身長・体重測定、発達チェック、内科診察、尿検査、視聴覚検査、歯科健診、フッ化物塗布 ※歯をみがいてきてください（所要時間 約2時間）。
ツインズ交流会	14日(火)	10：00～11：00	—	双胎・多胎の妊婦等 双児・多児の親子	内容…情報交換、交流会

●教室・相談・健康診査に参加するときには、母子健康手帳をお持ちください。

●フッ化物塗布について

1歳6か月児健康診査、2歳児歯科健康診査、2歳6か月児親子歯科健康診査、3歳児健康診査では、希望されるお子さんにフッ化物塗布を行います。事前に歯みがきをしてお越しください。また、塗布後30分は飲食ができないので、塗布前に水分補給ができるようにお茶などをお持ちください。

●対象となる人で、実施日に集団感染しやすい病気にかかっている人や恐れのある人は、事前にご連絡ください。