平成２１年度保健事業のお知らせ

都賀町役場
保健福祉課（直通）
☎２９－１１０５

町では、みなさんの健康づくりを応援中！！
町で行っている事業に積極的に参加して自分の健康づくりにお役立てください。

【健康診査】

特定健診：40歳以上の男女（予約制） （Ｓ45.４.１以前に生まれ・条件を満たした方） 胃・肺・大腸がん検診：40歳以上の男女 （Ｓ45.４.１以前に生まれた方） 前立腺がん検診：40歳以上の男性 （Ｓ45.４.１以前に生まれた方） 子宮がん検診：20～50歳以下の女性 （Ｓ34.４.２～Ｈ２.４.１までに生まれた方） 乳がん検診：30歳～50歳以下の女性 （Ｓ34.４.２～Ｓ55.４.１までに生まれた方）	健診日 平成21年5月24･25･26日 平成21年6月7･8･9日 平成21年10月18･19･20日 平成21年12月10･11･13日 健診結果説明会 平成21年7月7･8･9日 平成21年7月21･23･24･27日 平成21年11月30日･12月1･2日 平成22年1月25･26･27日
結核健康診断：65歳以上の男女 （対象者には個人通知いたします）	日にち 平成21年 7月23･24･27･28･29･30･31日
ヘルスチェック健診：22～39歳の男女 （対象者には個人通知致します） 身体計測・血圧・尿・血液（血糖・コレステロール・中性脂肪・肝機能等）・骨密度検査 ☆若い方のためのメタボ健診＆骨密度検査です。	健診日 平成22年2月4日 結果説明会 平成22年3月4日
歯と歯ぐきの健康チェック：40･50･60･70歳の男女 （歯周疾患検診） ☆歯を失わないために、歯周疾患の早期発見・早期治療をしましょう。歯周疾患検診を受診されることをおすすめいたします。 （対象者には個人通知いたします）	日にち 平成21年6月1日～12月31日 （受診は指定医療機関です） 井本歯科医院　☎ 27－4544 早乙女歯科医院　☎ 27－3737 藤森歯科医院　☎ 27－1877 島田歯科医院　☎ 24－0770

【健康づくりセミナー】

愛称『ベリーちゃん』
都賀町の健康づくりキャラクターです。

●対象：40歳以上で健康づくりに関心のある方
●料金：無料　　●予約制

テーマ	内容	日にち
『大丈夫？歯周病』	歯科医師の講話＆ブラッシング実習	平成21年６月４日 午後１：30～３：00
『メタボリックシンドロームと糖尿病』	医師の講話	平成21年８月27日 午後１：30～３：00
『ストレスと病気について』	医師の講話	平成21年10月28日 午後１：30～３：00
《からだスッキリ！》 『バイキング実習 ～食べる量を見直そう～』	バランスのいい食事について（講話） ＆試食バイキング	平成21年５月12日 ９月３日 平成22年２月９日 ３月18日 午前10：00 ～午後12：30
《からだスッキリ！》 『お料理教室＆かんたんストレッチ』	・講話＆調理実習 ・かんたんストレッチ	平成21年４月21日 ６月29日 平成22年１月14日 午前10：00 ～午後３：00
《からだスッキリ！》 『ストレッチで脱メタボ！』	・家の中でできる筋力アップの簡単ストレッチ等 ・ヘルシーおやつ試食	平成21年11月27日 午後１：30～３：30

【健康相談・栄養相談】（予約制）

健康や食事面でお悩みの方へ保健師・管理栄養士が個人面談いたします。
日時：平成21年5月22日･8月4日･12月17日･平成22年2月5日
☆毎月第1月曜日は栄養相談の日です。

【健康学習会】

婦人会･自治会など、要請に応じて随時実施いたします。保健師･管理栄養士へご連絡ください。

■ 予防接種（集団接種）　受付　午後１：15～２：00　会場は保健センターです。

種類	望ましい接種年齢	回数	21年4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	22年1月	2月	3月	接種の方法
ポリオ（小児マヒ）	生後３か月～１才６か月 （ただし、90か月に達するまで接種できます。）	２回	10		11				8		7				41日以上の間隔をあけて２回投与。 投与後27日以上おいて他の予防接種を受けましょう。

■ 予防接種（個別接種）　接種は指定医療機関です。

種類	望ましい接種年齢及び回数	接種の方法
ＢＣＧ（結核）	１回　生後３か月～５か月末まで	●接種後は27日以上おいて、他の予防接種を受けましょう。
三種混合１期 （ジフテリア・百日せき・破傷風）	初回　３回　生後３か月～１歳 追加　１回　初回接種終了後１年～１年６か月 （ただし、90か月に達するまで接種できます。）	初回　20～56日までの間隔をあけて３回接種 追加　初回接種終了後、１年～１年６か月の間に１回接種。 ●接種後、他の予防接種を受ける場合は６日以上の間隔をあけましょう。 ●生ワクチン（例　ポリオ・ＢＣＧ・麻しん風しん混合等）接種後は27日以上おいて、三種混合の予防接種を受けましょう。
麻しん 風しん 混合	第１期　１回：１歳（12～24ヶ月の間（２歳になる前日まで）） 第２期　１回：小学校入学前の１年間（H15.４.２～H16.４.１生） 第３期　１回：中学校１年生に相当する年齢の方（Ｈ８.４.２～Ｈ９.４.１生） 第４期　１回：高校３年生に相当する年齢の方（Ｈ３.４.２～Ｈ４.４.１生） ●接種後は、27日以上おいて他の予防接種を受けましょう。	
日本脳炎１期	初回　２回　３歳　追加　１回　４歳 （ただし、90か月に達するまで接種できます。）	※現在、中止となっていますが、再開することになり次第、お知らせいたします。

指定医療機関及び注意事項

うづまクリニック　☎(24)4821
都賀中央医院　☎(27)8118
船越医院　☎(27)5763
百瀬医院　☎(27)8210
合戦場クリニック　☎(29)1291

●予防接種を希望される方は、上記の医院に事前に予約をしてください。（百瀬医院：午前中のみ）
※指定医療機関においては無料（全額町負担）で接種できます。
※上記の医院外で接種を希望される方は、助成制度がありますので事前に保健福祉課までご連絡ください。

●母子手帳を忘れずお持ちください。●体温は会場にて測定します。「予防接種と子どもの健康」をよく読んでからお出かけください。

■ 乳幼児健診及び教室　※該当者には個人通知いたします。　会場は育児サロンのみよつば保育園内子育て支援室、その他は保健センターです。

	事業名	対象者＼実施月	21年4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	22年1月	2月	3月
乳幼児	育児サロン 開設時間　午前９：30～11：30	０～３歳児の希望者 会場：子育て支援室（よつば保育園内）	1	13	2	1	5	1	6	4	3	12	2	2
	赤ちゃん教室 受付　午後１：15～１：30	２～５か月児の第１子		27 （H20・12～H21・2月生）			18 （H21・3～5月生）			17 （H21・6～8月生）			24 （H21・9～11月生）	
	４か月児健診 受付　午後１：00～１：30	４か月児	22 H20・12月生	20 H21・1月生	10 H21・2月生	22 H21・3月生	19 H21・4月生	9 H21・5月生	14 H21・6月生	18 H21・7月生	9 H21・8月生	13 H21・9月生	17 H21・10月生	10 H21・11月生
	股関節脱臼検診 受付　午後１：00～１：30	３～４か月児		14 H21･1～2月生		14 H21･3～4月生		17 H21･5～6月生		12 H21･7～8月生		21 H21･9～10月生		16 H21･11～12月生
	10か月児健診 受付　午後１：00～１：30	10か月児	22 H20・6月生	20 H20・7月生	10 H20・8月生	22 H20・9月生	19 H20・10月生	9 H20・11月生	14 H20・12月生	18 H20・1月生	9 H21・2月生	13 H21・3月生	17 H21・4月生	10 H21・5月生
	１歳児相談 受付　午後１：00～１：30	１歳児		14 H20･4～5月生		14 H20･6～7月生		17 H20･8～9月生		12 H20･10～11月生		21 H20･12～H21･1月生		16 H21･2～3月生
	１歳６か月児健診 受付　午後１：00～１：30	１歳６か月児			17 （H19・10～12月生）			16 （H20・1～3月生）			16 （H20・4～6月生）			17 （H20・7～9月生）
	わんぱく２歳児 受付　午後１：00～１：30	２歳児		28 （H19・3～5月生）			26 （H19・6～8月生）			24 （H19・9～11月生）			23 （H19・12～H20・2月生）	
	３歳児健診 受付　午後１：00～１：30	３歳児	15 （H18・1～3月生）			15 （H18・4～6月生）			21 （H18・7～9月生）			20 （H18・10～12月生）		
	３歳児よい歯のコンテスト	H17年１月～12月生 （H20年度3歳児健診受診者）	14	（H20年度の３歳児健診でむし歯ゼロの子には、通知いたします。）										
	のびのび相談室 午前中（予約制）			20	24	6	20	24	8	11･24	14	12	15	11
妊婦	両親学級 受付　午後12：50～１：00	全妊婦とその家族		27			18			17			24	

幼児ことばの教室
ことばに対する悩みのあるお子さんを対象に個別指導を実施しています。２回／月（予約制）

絵本ふれあい事業
１歳児相談、３歳児健診等において絵本をプレゼントします。絵本を通して赤ちゃんと保護者が楽しい時間を共有することを応援しています。

育児サロン
お友だちとの交流を目的として行っています。個別相談（希望者）身体測定･保育士と遊ぶコーナーもあります。どなたでも参加できますので気軽においでください。（母子手帳持参）

こんにちは赤ちゃん訪問
地区の母子保健推進員や保健師・助産師が生後４か月までに訪問いたします。（全戸）

家庭訪問
妊産婦・新生児・乳幼児･成人･精神障がい者等の訪問。健康面でお悩みの方はご相談ください。