こんにちは保健センターです

申し込み・問い合わせは、市役所健康管理課☎443―1631へ。

4種混合ワクチンが始まりました

11月1日から、3種混合ワクチンと不活化ポリオワクチンを合わせた4種混合ワクチンが始まりました。

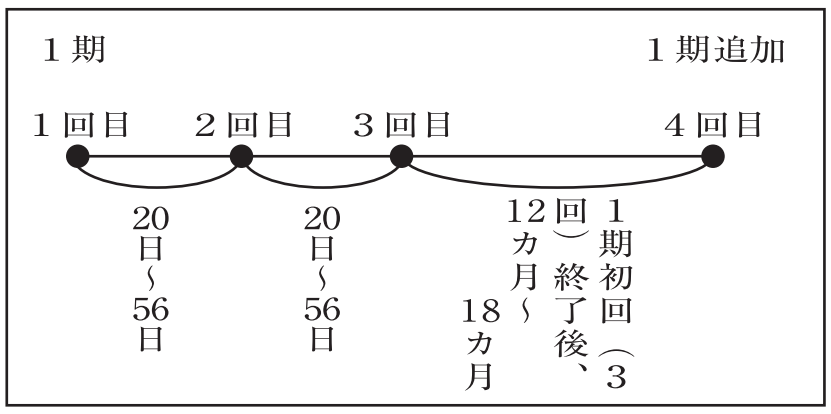
対象者

生後3カ月～90カ月

接種間隔・接種方法

1期初回接種は、20日～56日の間隔をおいて3回接種

1期追加接種は、初回接種終了後12か月～18か月の間隔をおいて1回接種



3種混合ワクチンもしくは不活化ポリオワクチンを受けた方でも4種混合ワクチンに移行できる場合があります。詳しくは健康管理課までお問い合わせください。

ママになろう！ハッピールーム

妊婦さん同士、一緒に学ぶ楽しいつどいの場です。

妊娠・出産・子育てへの不安がある方、「身近に妊婦さんや子育て中の人がいない。」という方、お待ちしています。妊娠中のひとときを、楽しく過ごしませんか。

対　象　出産予定日が平成25年2月1日～4月30日の方（予定日が2月以前、または5月以降の方でも参加できます。お問い合わせください。）

定　員　20人（先着順）

内　容　産科医のお話、フリフリマタニティー体操、助産師をかこむ座談会、先輩ママ＆赤ちゃんとのふれあい、調理実習、歯の話、お風呂の入れ方など

とき　11月15日㈭、22日㈭、30日㈮

ところ　市総合保健福祉センター

※1コース3日間の日程で行います。都合のつく日程のみの参加も可能です。

費　用　調理実習のみ材料費300円

申込期限　11月13日㈫

すくすく相談※要予約

保健師・栄養士・歯科衛生士が、育児に関するさまざまな相談に応じています。

相談は無料です。

とき　11月12日㈪　午後1時30分～3時

ところ　市総合保健福祉センター

対　象　1歳6か月未満のお子さんとその保護者

持ち物　母子健康手帳、バスタオル

献血から生まれる愛の贈りもの

とき　11月1日㈭　午前10時～11時45分、午後1時～4時

ところ　市役所第一庁舎1階ロビー

とき　11月24日㈯　午前9時30分～11時30分、午後1時～3時

ところ　市役所第一庁舎1階ロビー

※献血にご協力をいただいた方で、結果通知を希望された方に、血液型のほか7項目（総たんぱく、コレステロール他）の生化学検査を行い、結果をお知らせしています。

献血の際の検査によって、病気の早期発見ができることもあります。

※献血をされる方は、運転免許証や健康保険証など官公署発行の本人証明証が必要となります。また、献血カードをお持ちの方は、献血可能日をご確認ください。一人でも多くの方のご協力をお待ちしています。

在宅訪問歯科診療を実施しています。

65歳以上の方で寝たきりなどにより歯科医院への通院が困難な方で、歯が痛い・入れ歯が合わない・入れ歯がわれたなどお困りの方に在宅にて歯科診療を実施しています。

歯科診療を希望の寝たきりなどの方がいましたら健康管理課までお申し込みください。

保健師と歯科衛生士で事前に健康状態、お口の中の状態を調査させていただきます。

歯科診療には健康保険証での自己負担があります。

乳がん検診実施中

介護する方に知っておいてほしいミニミニ情報

口腔ケアを行う際には、食べかすや水、唾液を誤嚥（誤って肺に飲み込むこと）させないよう、要介護者の姿勢に気をつけましょう。座った姿勢の座位が理想ですが、困難な場合には、横向きの側臥位が安全です。片麻痺がある場合は麻痺のない方を下側にして口腔ケア行うとよいです。

印旛郡市歯科医師会　市民講演会

とき　11月22日㈭　午前10時～11時30分

ところ　成田市役所

内　容　スッキリさわやか笑顔エクササイズ

講　師　宝田歯科医院　院長　宝田恭子氏

定　員　200人（先着順）

申込方法　11月14日㈬までにFAXまたはEメールで参加者氏名・住所・電話番号・FAX番号を記載のうえ印旛郡市歯科医師会まで申し込んでください。

FAX 0476―27―1896

Eメール ida1894@yo.rim.or.jp

市の公共施設の一室を子育て親子の交流の場として開放しています

○市総合保健福祉センター開放日

11月5日㈪・7日㈬・16日㈮・19日㈪・26日㈪・30日㈮

○市スポーツプラザ開放日

11月2日㈮・6日㈫・7日㈬・9日㈮・13日㈫・16日㈮・21日㈬・27日㈫・28日㈬

〈開放時間〉　午前9時～午後4時

〈使用の注意事項〉

○特定の団体のみの使用はできません。

○事故やケガなどには十分注意してください。

詳しくは、市役所児童家庭課☎443－1693へ。