

こんにちはは保健センターです

申し込み・問い合わせ 健康増進課 ☎443-1631



お子さんの予防接種、受け忘れていませんか

【麻しん風しん 混合ワクチン2期】

麻しんは「はしか」と呼ばれ、急性熱性発疹性の感染症で特異的な治療法はなく、脳炎や髄膜炎などの重い合併症により致命的な事態を招くことがあります。

風しんは、妊娠早期に妊婦が感染すると胎児に難聴・心疾患・白内障などの障害を残すことがあります。

【2種混合】
2種混合（ジフテリア・破傷風）は、乳幼児期に1期として受けた3種混合（ジフテリア・百日せき・破傷風）または、4種混合（ジフテリア・百日せき・破傷風・不活化ポリオ）の2期の予防接種です。

【11歳以上13歳未満】
いずれの予防接種も、接種期限・対象年齢を過ぎると、自費による任意接種となります。予診票がない方は、再発行ができますので母子健康手帳を持参のうえ、健康増進課までお越しください。

【即実践!!自宅でもできる簡単ストレッチ&ウォーキング教室】
毎日の生活の中で運動不足を感じている方、何か運動を

始めたいと思われる方。この教室で効果的なウォーキングやストレッチなどを楽しく体験して、日々の健康づくりに取り入れてみませんか。

【時】①4月18日(木)②5月16日(木)
午後1時30分～4時
(①②は異なる内容です)

【場】スポーツプラザ
【内】運動実技(ウォーキング・ストレッチ・筋トレ)・ミニ二講話

【対】市内在住の40歳～69歳で、両日参加できる方。
【定】35人(申込順)
【時】4月5日(金)
【持】室内用運動靴・タオル・飲料水・筆記用具・ヨガマット(ある方)

※運動のできる服装でお越しください。(スカート不可)
※参加された方には、参加賞をプレゼントします。
【すくすく相談(予約制)】
「体重の増え、身長の伸びが気になる」「ミルクの飲みが少ない、離乳食が進まない」など、育児の事でお困りの方、ご相談ください。保健師・栄養士・歯科衛生士が相談に応じます。相談は無料です。

【時】3月18日(月)
午後1時30分～3時
【場】総合保健福祉センター
【対】1歳6カ月未満のお子さんとその保護者

【時】母子健康手帳・バスタオル
【3月】は自殺対策強化月間です

もし、あなたが悩みを抱えているなら、相談してください。大切な人が悩みを抱えていることに気づいたら、声をかけてみてください。

【心】の健康に関する電話相談
【時】月曜～金曜日
(祝日・年末年始を除く)
午前9時～午後6時30分
☎263-3893

【千葉いのちの電話】
【時】24時間
☎227-3900
【対】(対面相談) ※予約制
【時】月曜～金曜日
午前9時～午後5時
土曜日
正午～午後2時
(祝日・年末年始を除く)
☎222-4416

【時】月曜～日曜日
午前10時～午後5時
☎420-8066
【千葉県子ども・若者総合相談センター】

【時】火曜～日曜日
午前10時～午後5時
☎420-8066
【千葉県子ども・若者総合相談センター】

【時】火曜～日曜日
午前10時～午後5時
☎420-8066
【千葉県子ども・若者総合相談センター】

【時】火曜～日曜日
午前10時～午後5時
☎420-8066
【千葉県子ども・若者総合相談センター】

治療と仕事の両立支援の お知らせ

「治療と仕事を両立できるか不安」「職場の理解・協力が得られない」など、治療を受けながら仕事を続けるために困っていることがあれば、まずはご相談ください。両立支援促進員が労働者・事業者・医療機関の連携のお手伝いをします。

【時】平日 午前9時～午後4時
【場】独立行政法人労働者健康安心機構 千葉産業保健総合支援センター
【対】がん・脳卒中・心疾患・糖尿病・肝炎・その他難病を抱える労働者
【費】無料
【問】千葉県地域両立支援推進チーム
☎202-3639

【風しんワクチンなどの接種費を一部助成します】
【対】風しん抗体検査を受け、平成30年12月25日から平成31年3月31日までの間にワクチンを接種した①②③のいずれかに該当する方。
①妊娠を希望している女性
②①の配偶者
③風しん抗体価が低い妊婦の配偶者
【助成金額】 接種費の2分の1
※風しんワクチンは3000円、麻しん風しん混合ワクチ

シーズン終わりのインフルエンザにご注意を

【時】おやすみサロン「ひまわり」
【場】総合保健福祉センター
【時】月曜～金曜日
午前9時～午後4時

【時】3月1日(金)～6日(水)
【場】スポーツプラザ
【時】午前9時～午後4時
【場】第1会議室
【時】20日(水)の午前9時～11時30分は、子育て支援サポーターがいます。
【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。

市内各保育園、幼稚園、認定こども園、小・中学校の卒業(卒園)式および入学(入園)式の日程

保育園	卒園式	幼稚園・認定こども園	卒園式	入園式	小・中学校	卒業式	入学式
市立保育園	3月20日(水)	市立幼稚園	3月19日(火)	4月11日(木)	市立小学校	3月15日(金)	4月10日(水)
生活クラブ風の村保育園八街	3月16日(土)	八街文化幼稚園	3月14日(木)	4月11日(木)	市立中学校	3月12日(火)	4月9日(火)
八街かいたく保育園	3月20日(水)	八街泉幼稚園	3月16日(土)	4月12日(金)			
		八街すずらん幼稚園	3月16日(土)	4月7日(日)			
		明德やちまたこども園	3月16日(土)	4月6日(土)			



子育て親子の交流の場

【時】おやすみサロン「ひまわり」
【場】総合保健福祉センター
【時】月曜～金曜日
午前9時～午後4時

記号の見方

日時

会場

内容

対象

定員

費用

申し込み

締め切り

持ち物

問い合わせ

FAX 444-0815