健康ガイド

保健センター（〒448-0858　若松町3-8-2　総合健康センター１階）
☎23-8877　FAX26-0505
※敷地内の立体駐車場を利用してください。
※車高2.1m 以上の車は駐車できません。

妊産婦・乳幼児

申　電話または直接、保健センターへ。　持　母子健康手帳

名　称	日にち・受付時間・内容	対象・定員など
母子健康手帳交付とミニママ教室	11月の毎週火曜日 初妊婦…8時50分～9時20分（ミニママ教室9時30分～10時30分）、経産婦…9時30分～10時	持　①妊娠届出書、②マイナンバーカード（持っていない場合は、通知カードと本人の身分証明書） ※代理人が交付に来る場合は、委任状が必要です。
パパママクラス	11月16日㈯　9時～12時（8時45分受付）	対　初妊婦とパートナー　定　24組 申　10月21日㈪から
妊娠・子育て応援室	月曜日～金曜日　9時～16時30分 妊娠中・子育ての相談	他　沐浴（もくよく）体験は要予約
育児相談	11月7日㈭　8時50分～9時50分	対　0～12か月児と保護者
栄養相談（予約制）	11月14日㈭・21日㈭　9時、10時、11時	申　11月1日㈮から
母乳相談（予約制）	11月11日㈪・18日㈪・22日㈮・29日㈮ 9時、10時、11時	―
離乳食講習会（予約制）	11月13日㈬ 10時～11時40分（9時45分受付）	対　離乳食を開始している初めての子（平成31年3～令和元年5月生まれ）と保護者 定　30組　申　10月31日㈭から
発達相談（予約制）	心理相談員による子どもの発達に関する相談	対　乳幼児

乳幼児健診（11月）

※対象者には個別通知をしています。

名　称	対　象
4か月児健康診査	令和元年7月生まれ
1歳6か月児健康診査	平成30年4月生まれ
2歳児・2歳6か月児歯科健康診査およびフッ素塗布	平成29年11月または29年5月生まれ
3歳児健康診査	平成28年10月生まれ

就学前に受けておきたい予防接種

環境が変わったり行動範囲が広がったりすることで、さまざまな感染症にかかる可能性が高くなります。感染症にかからないよう、まだ受けていない予防接種を済ませましょう。

①母子健康手帳の予防接種の記録欄を確認しましょう。
②接種していないものがあれば、お手元の予防接種手帳の予診票で早めに接種しましょう。
③予診票がない場合（紛失・転入など）は保健センターに母子健康手帳を持ってお越しください。
④どのように受けたら良いか分からない時は、かかりつけの医師に相談しましょう。
※市外の医療機関で接種を希望する人は、事前に申請が必要です。手続きには1週間程度かかります。

名　称	対　象・回　数
ヒブ	5歳未満 4回接種（開始時期により回数が違います）
小児用肺炎球菌	

名　称	対　象・回　数
4種混合（ジフテリア、百日せき、破傷風、不活化ポリオ）	7歳6か月未満 4回接種
MR（麻しん風しん）2期	年長児 1回接種

名　称	対　象・回　数
日本脳炎1期	7歳6か月未満 3回接種