

すくすく健康づくりカレンダー

内 容	日時(受付時間)▶場所	対 象 者	備 考 (*は持参するもの)
乳児健康診査	6日(水) 午後1時~1時30分 ▶福祉会館	平成20年4月 生まれの乳児	*母子健康手帳 *通知書(問診票)
10カ月児健康診査	平成20年9月末日まで 時間は各医療機関による(要予約) ▶播磨町・稲美町・加古川市内の小児科(指定医療機関) ※対象者には受診票などを郵送しますので、説明書をよく読んで、指定の医療機関に予約のうえ、受診してください。 ※対象者で受診票がない場合は、健康安全グループへ申し出てください。	平成19年10月 生まれの乳児	*母子健康手帳 *健診受診票 *健康保険証 *乳児医療受給者証
3歳児健康診査	8日(金) 午後1時~1時30分 ▶福祉会館	平成17年5月 生まれの幼児	*母子健康手帳 *通知書(問診票) *早朝尿(5cc)

内 容	日時(実施時間)▶場所	対 象 者	備 考 (*は持参するもの)
たんぼぼ教室	7日(木)、21日(木) 午前9時30分~11時15分 ▶福祉会館	ことばを育む親と 子の遊びの教室	申し込みは健康安全グループ
両親学級	5日(火) 午後1時30分~3時30分 ▶中央公民館	出産予定のご夫婦	*母子健康手帳 ・妊娠中の過ごし方~助産師~ ・体験してみよう!~だっこ体験、お風呂の入れ方、妊婦シュミレーション~ ・参加者交流~お友達を増やしましょう~
まんまクッキング(離乳食講習会)	26日(火) 午後2時~4時 ▶中央公民館	平成20年3月~5月生 まれの乳児のいる親	*母子健康手帳

いきいき健康づくりカレンダー

内 容	日時(受付時間)▶場所	対 象 者	備 考
センター健診	1日(金)、4日(月)、7日(木)、 12日(火)、19日(火)、 22日(金)、27日(水)、 30日(土) 午前8時30分~9時30分 午後1時~2時 (婦人科検診は午後のみ) ▶加古川総合保健センター	18歳以上の住民	申し込み:加古川総合保健センター ☎079(429)2923 健診料:健康診査30歳以上39歳以下 1000円 後期高齢者医療保険加入者 無料[後期高齢者医療被 保険者証と介護保険被保険者証(該当者のみ)を持参 してください] ・肺がん(結核) 700円※ ・子宮がん 1,200円※ ・大腸がん 1,000円※ ・B型・C型肝炎検査 1,000円 ※印は、65歳以上は無料です。 ・胃がん 1,400円※ ・乳がん 3,300円 ・骨粗しょう症検診 500円
センター健診(特定健診)	40歳以上74歳以下 の播磨町国民健康 保険加入者(4 月1日~健診日ま で資格のある人)	40歳以上74歳以下 の播磨町国民健康 保険加入者(4 月1日~健診日ま で資格のある人)	申し込み:加古川総合保健センター ☎079(429)2923 健診料:40歳以上64歳以下 1,000円 65歳以上74歳以下 500円 ※特定健診受診票(券)を送付します。お手元に届いて から予約をしてください ※4月2日以降の国民健康保険加入者で特定健診をご 希望の方は健康安全グループへお申し込みください。 ☎079(435)2611
個別歯周疾患検診	通年(平成21年2月28日まで) 時間は各協力医療機関による ▶播磨町・稲美町・加古川市・ 高砂市内の協力医療機関	40歳・50歳・ 60歳・70歳の 住民	検診料:1,300円 予約:協力医療機関に電話で予約のうえ、受診してく ださい。60歳・70歳の方は健康安全グループ窓口にて、 受診券を交付します。
子宮がん個別検診	通年(平成21年2月28日まで) 時間は各協力医療機関による ▶加古川市・稲美町の協力 医療機関(12医療機関)	18歳以上の住民	予 約:加古川総合保健センター(受診券を郵送します) 申し込み:受診券到着後、直接医療機関へ電話予約 検診料:①子宮頸部がん 1,500円 ②子宮頸・体部がん 2,200円(医師が必要と 認められた方のみ)

内 容	日時▶場所	対 象 者	備 考
健康相談	7日(木) 午後1時30分~3時(受付時間) ▶福祉会館	住民一般	保健師、栄養士が個別に相談に応じます。(予約制)

8月の保健相談

※電話予約制です。お申し込みは各課まで。
▶場所 加古川健康福祉事務所

- 心のケア相談**
▶日時 11日(月)、25日(月) 午後1時~2時30分
▶申し込み 保健指導課 ☎079(422)0003
- 酒害相談**
▶日時 11日(月)、25日(月) 午後1時~2時30分
▶申し込み 保健指導課 ☎079(422)0003
- 一般健康相談**
▶日時 14日(木)、28日(木) 午後1時~2時
▶申し込み 健康増進課 ☎079(422)0002
- 専門栄養相談**
▶日時 20日(水) 午前9時30分~11時30分
▶申し込み 健康増進課 ☎079(422)0002

- エイズ・肝炎ウイルス検査相談**
原則として匿名で無料実施します。
▶日時 13日(水)、27日(水)
午前9時15分~10時15分
▶申し込み 健康増進課 ☎079(422)0002
- お口の健康づくりステップアップ事業**
▶日時 18日(月) 午後1時30分~3時
▶申し込み 健康増進課 ☎079(422)0002
- パーキンソン病患者交流会**
▶日時 19日(火) 午後1時30分~3時30分
▶場所 加古川市総合福祉会館
▶申し込み 保健指導課 ☎079(422)0003

健康情報テレホンサービス

8月

月曜日 緑内障を見逃さないために
火曜日 どうしてこんなに歯を削るの?
水曜日 巻き爪(陥入爪)とは
木曜日 肺がんの早期発見のために
金曜日 認知症の早期発見
※祝日は前日のテープが流れます
☎0120(979)451

加古川夜間急病センター ☎079(431)8051 (年中無休) 診療時間/【内科】午後9時~翌朝6時、【小児科】午後9時~深夜12時
加古川歯科保健センター ☎079(431)6060 診療日/日・祝日 診療時間/午前9時~正午、午後1時~4時30分
※いずれも急患を受け付けますので、不急の方はご遠慮ください。

日本脳炎接種に関するお知らせ

厚生労働省より、日本脳炎ワクチン予防接種の積極的勧奨を差し控えるよう勧告があり、平成17年5月から播磨町では、日本脳炎ワクチンの接種を差し控えています。ただし、流行地に渡航するなど感染の恐れが高く、特に接種を希望される場合は、対象年齢内であれば日本脳炎ワクチンの効果や副反応を理解し、接種の同意書をいただいた上で接種をすることが可能です。かかりつけ医とご相談ください。

なお、より安全なワクチンが開発され、接種勧奨が再開された場合は、広報によりお知らせいたします。
▶対象 日本脳炎1期 生後36~90ヵ月未満
日本脳炎2期 9~13歳未満
※なお、日本脳炎2期の予診票は発送していません。
▶問い合わせ 健康安全グループ ☎079(435)2611

みんなで楽しく健康づくりを始めませんか
健康プログラムのお知らせ

一人で運動するのは、なかなか難しいですが、仲間がいると楽しくできるものです。健康づくりプログラムをきっかけにみんなで健康づくりを始めませんか? 家族・お友達もお誘いあわせの上、ご参加ください。

- 健康づくりプログラム③ 講演会「運動とメタボリックシンドローム」
メタボリックシンドローム…この言葉はもはや知らない人はいないぐらいです。メタボ予防や改善にはまず運動です。この講座では身近にできるウォーキングを中心に効果があがる運動法をお話します。
▶日時 8月5日(火) 午前10時~11時30分
▶場所 中央公民館
▶講師 村田 トオル氏(運動実践指導士)
- 健康づくりプログラム④ 軽スポーツ体験
カローリング、バウンドテニス、ダーツ。
▶日時 9月13日(土) 午前9時~11時30分
▶場所 総合体育館
▶参加費 100円
▶申し込み・問い合わせ できるだけ前日までにお申し込みください(当日参加することもできます)
健康安全グループ ☎079(435)2611
NPO法人スポーツクラブ21はりま ☎079(437)2201

ご存知ですか?
兵庫県小児救急医療電話相談

兵庫県では、保護者向けの電話相談事業を行なっています。子どもの急な病気、けがなどで医療機関を受診したほうが良いかなどお悩みの方は、お気軽にご相談ください。看護師らが応じます。また、必要に応じて医師が対応します。
▶相談時間 平日、土曜日:午後6時~深夜0時 日曜日、祝日及び年末年始:午前9時~深夜0時
▶電話番号 プッシュホン回線の方 #8000
ダイヤル回線、携帯電話、IP電話の方 ☎078(731)8899

追加接種を受けましょう

ワクチンによる病気に対する抵抗力(免疫)を長く保つためには、それぞれのワクチンの性質に応じて一定の間隔で追加接種が必要です。夏休みを利用して、お子さんの体調の良いときに接種することをお勧めします。

- ▶予防接種の種類
・二種混合(ジフテリア・破傷風)
・麻しん風しん混合2期、3期、4期
- ▶対象者
・二種混合 平成9年4月2日~平成10年4月1日生(小学校5年生相当年齢)
・麻しん風しん混合
2期 平成14年4月2日~平成15年4月1日生(小学校就学前の1年間)
3期 平成7年4月2日~平成8年4月1日生(中学校1年生相当年齢)
4期 平成2年4月2日~平成3年4月1日生(高校3年生相当年齢)

▶接種時期
・二種混合 通年(11~13歳未満)
・麻しん風しん混合 平成21年3月31日まで
※対象者には、予診票を送付していますが、転入などでお持ちでない場合はお問い合わせください。
▶問い合わせ 健康安全グループ ☎079(435)2611

親子の料理教室 ~いずみ会料理講習会~

子どもと一緒に「食の大切さ」を体験しませんか?
▶日時 8月5日(火) 午前9時30分~正午
▶場所 中央公民館
▶対象 町内在住の5歳児・小学生とその保護者(1人)
▶内容 「親子で作るお弁当」
・とうふハンバーグ
・水菜のサラダ
・にんじんの甘煮
・おみそ汁
・麦茶かん(きなこかけ)

▶定員 20組(先着順)
▶参加費 おとな500円 子ども300円
当日徴収
▶持ち物 エプロン、三角巾(バンダナ)、ふきん1枚
※特典(参加賞)あり
▶申し込み 健康安全グループ ☎079(435)2611

