

平成23年度 播磨町 すくすく健康づくりカレンダー

▶申込み・問合せ すこやか環境グループ ☎079(435)2611

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
両親学級	16			16			15			21			
まんまクッキング		24			23			22			28		
2歳児育児教室			20			26			19			19	
ポリオ予防接種		10、25	14			14、27	18						
健康診査	乳児健診	20	18	15	13	17	21	19	16	21	18	15	21
	対象者	H22.12生	H23.1生	H23.2生	H23.3生	H23.4生	H23.5生	H23.6生	H23.7生	H23.8生	H23.9生	H23.10生	H23.11生
	10ヵ月児健診	個別健診											
	対象者	H22.6生	H22.7生	H22.8生	H22.9生	H22.10生	H22.11生	H22.12生	H23.1生	H23.2生	H23.3生	H23.4生	H23.5生
	1歳6ヵ月児健診		13		1		2		4		6		2
対象者		H21.9 ~10生		H21.11 ~12生		H22.1 ~2生		H22.3 ~4生		H22.5 ~6生		H22.7 ~8生	
3歳児健診	8	20	10	8	12	9	14	11	9	13	10	9	
対象者	H20.1生	H20.2生	H20.3生	H20.4生	H20.5生	H20.6生	H20.7生	H20.8生	H20.9生	H20.10生	H20.11生	H20.12生	

※各行事の日程、会場については変更することがあります。毎月の広報はりま「保健行事」欄で日時、場所をもう一度お確かめください。

すくすく教室

●両親学級

赤ちゃん誕生を心待ちにしているパパとママが出産・子育てについて学ぶ教室です。

- ▶時間 13:30~15:30
- ▶場所 北部子育て支援センター

●てづくりママのまんまクッキング(離乳食講習会)

お乳から幼児食へ。モグモグ、ゴックン。あせらずゆっくり赤ちゃんの力に応じた素材と調理の工夫で、食べることが大好きな元気な子どもに育てましょう。

- ▶時間 14:00~16:00
- ▶場所 中央公民館 2階 料理教室

●2歳児育児教室

そろそろ歯も生えそろったら、さあ、むし歯をつくらぬよう歯磨きやおやつに注意しましょう。みんなで楽しく体を動かしたり、歯のこと・おやつのことを学びましょう。

- ▶時間 10:00~11:30
- ▶場所 福祉会館 3階

●乳児健康診査

対象者には通知を送付します。
▶場所 福祉会館 1階
※10ヵ月児健診は、協力医療機関で受診してください。

●ポリオ予防接種についてのお願い

混雑を避けるため、できるだけ右表の設定された日にお越しください。ただし、不都合な方、右表対象者以外の7歳6ヵ月未満児でポリオ接種がまだ済んでいない方は、いずれの日程でも可能です。ご協力をお願いします。

※車でお越しの方は役場の駐車場をご利用ください。

- ▶受付時間 13:30~14:00
- ▶場所 福祉会館
- ▶持ち物 予診票・接種券・母子健康手帳

	実施日	対象者
上半期	5月10日(火)	平成22年1~6月生
	5月25日(水)	平成22年7~12月生
	6月14日(火)	予備日
下半期	9月14日(水)	平成22年7~12月生
	9月27日(火)	平成23年1~6月生※
	10月18日(火)	予備日

※BCGの接種期間は、生後6ヵ月未満です。BCGの接種がまだ済んでいない方は、先にBCGを接種してください。

平成23年度予防接種予定表

■集団接種 ポリオ(生後3~90ヵ月未満)

▶接種場所 福祉会館
詳しい日程・対象者などは次のページの「すくすく健康づくりカレンダー」をご覧ください。
※実施日は変更となる場合があります。接種月の広報はりま「保健行事」でご確認ください。

■個別接種 BCG・三種混合・麻しん風しん混合・二種混合・日本脳炎

▶接種場所 医療機関(播磨町・稲美町・加古川市・明石市・高砂市の協力医療機関)
※実施日については、医療機関ごとに異なりますので、接種に行く前に必ず協力医療機関へお問い合わせください。

種類	対象年齢	注意事項
BCG	生後6ヵ月未満	接種期間が限られています。早めに接種しましょう。
三種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風)	1期初回(3回追加) 生後3~90ヵ月未満	1期初回は3~8週間隔で3回接種します。 ※発熱など医学的 이유로接種が受けられなかった場合を除き、接種間隔が8週を超えると、「任意接種」となり手続きが必要です。詳しくはすこやか環境グループにお問い合わせください。
麻しん風しん混合	1期	生後12~24ヵ月未満
	2期	満5~7歳未満で 小学校就学前の1年間 (平成17年4月2日~18年4月1日生)
	3期	中学1年生に相当する年齢 (平成10年4月2日~11年4月1日生)
	4期	高校3年生に相当する年齢 (平成5年4月2日~6年4月1日生)
二種混合(ジフテリア・破傷風)	満11~13歳未満	※2期・3期・4期の対象者には4月に予診票を送付します。 4月1日~平成24年3月31日の間に接種してください。 ※転入などで予防接種手帳を持っていない方は、母子健康手帳を持参のうえ、すこやか環境グループまでお越しください。
日本脳炎	1期初回(2回追加)	生後6~90ヵ月未満 (3歳が望ましい)
	2期	満9~13歳未満

●麻しん風しん混合予防接種3期・4期について

平成20年度から24年度までの間に限り、中学1年生と高校3年生に相当する年齢の方を対象とした麻しん風しん混合ワクチンの予防接種の制度があります。

対象年齢の方は、公費(無料)で接種できる最後の機会となりますので、春休みなどを利用して接種をしてください。



●予防接種における保護者(親)の同伴について

予防接種には、保護者(親)の同伴が必要でしたが、平成21年4月1日から保護者が特別な理由で、予防接種を受ける子どもに同伴できない場合、保護者の代わりとして子どもの健康状態を普段からよく知っている家族などが同伴することで接種できるようになりました。なお、保護者以外の方が予防接種に同伴される場合は、保護者からの委任状が必要となります。委任状は、協力医療機関、役場の窓口でお渡しします。ご理解とご協力をお願いします。

▶問合せ すこやか環境グループ ☎079(435)2611

子宮頸がん予防ワクチン接種費用の助成について

子宮頸がん予防ワクチンについて、全国的に供給不足が発生していることにより、3月7日厚生労働省より、助成事業について、下記の通り方針が示されました。

①平成6年4月2日~平成7年4月1日生まれの女性が、子宮頸がん予防ワクチン接種の全額助成を受けるためには、1回目の接種を平成23年3月31日までに接種を終えることが条件でしたが、当分の間、平成23年4月1日以降に1回目の接種をした場合も全額助成を受けられます

②当分の間、初回の接種の方への接種を差し控え、すでに接種を開始した方への2回目・3回目の接種を優先します

今後、厚生労働省から新しい情報が入り次第、町ホームページを通じてお知らせしますので、ご確認ください。

▶問合せ すこやか環境グループ ☎079(435)2611

4月の保健行事

▶問い合わせは すこやか環境グループ ☎079(435)2611

すくすく健康づくり (注) 新型インフルエンザなどの感染症の発生状況により、中止にする場合があります。

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	20日(水) 13:00~13:20 ▶福祉会館	平成22年 12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23年5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)	平成22年 6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
※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、すこやか環境グループへ申し出てください。			
3歳児健康診査	8日(金) 13:00~13:30 ▶福祉会館	平成20年 1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)
両親学級	16日(土) 13:30~15:30 ▶北部子育て支援センター	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・栄養士・歯科衛生士~、妊婦シュミレーション、赤ちゃん人形抱っこ体験、参加者交流

いきいき健康づくり

内容	日時(受付時間)▶場所	対象者	備考
歯周疾患検診	通年(平成24年2月末日まで) 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	今年度 40歳・50歳・ 60歳・70歳の 町民	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。 ※対象者には個別に通知しています。
子宮がん個別検診	通年(平成24年2月末日まで) 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(9医療機関)	18歳以上の町民 ※平成22年度に 受診された方は、 受診できません。	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) ※65歳以上の方は、無料です。 ※クーポン券対象者は別途送付している資料をご覧ください。 予 約:加古川総合保健センター(受診券を郵送します) ☎079(429)2923

内容	日時▶場所	対象者	備考
健康相談	7日(木) 13:30~15:00(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)

4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

酒害相談 ▶日時 11日(月) 13:00~14:00 ▶申込み 地域保健課 ☎079(422)0003

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) 9:10~10:20 ▶申込み 健康管理課 ☎079(422)0002

若者の心と体の相談 ▶日時 11日(月) 13:00~15:00 ▶申込み 地域保健課 ☎079(422)0003

こころのケア相談 ▶日時 11日(月)、25日(月) 13:00~14:00 ▶申込み 地域保健課 ☎079(422)0003

専門栄養相談 ▶日時 20日(水) 9:30~11:30 ▶申込み 健康管理課 ☎079(422)0002

歯の健康づくりステップアップ ▶日時 18日(月) 13:30~15:00 ▶申込み 地域保健課 ☎079(422)0003

健康情報テレホンサービス

4月

月曜日 ドライアイ・シェーグレン症候群にも注意—
火曜日 歯ぐきから血が出たら
水曜日 ヒザに水(液)が溜まったら
木曜日 犬や猫に噛まれたら
金土日 もの忘れは認知症の始まりか?
※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】21:00~翌朝6:00、【小児科】21:00~0:00
加古川歯科保健センター ☎079(431)6060 診療日/日・祝日 診療時間/9:00~11:00、13:00~16:00
※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。

平成23年度 播磨町 いきいき健康づくりカレンダー

▶申込み・問合せ すこやか環境グループ ☎079(435)2611

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
健康・栄養相談	7	12	2	7	4	1	6	10	1	5	2	1
健康美づくり運動教室	5,19	10,17	7,21	5,19	2,23	6,20	4,18	1,15	6,20	17,24	7,21	6,13
特定健診	5~2月 加古川総合保健センター、協力医療機関で受けられます 詳しくは、次月配布する「播磨町健診のお知らせ」をご覧ください											
がん検診バス送迎日				25	10	30	21	30	16	11,31	20	
特定健診(中央公民館健診)				22,23						16,17		
特定保健指導 初回	11,26				8	12	11	7	12	16	6	12
健診結果説明会						29						
歯周疾患検診	4/1~2/29											
子宮がん個別検診	4/1~2/29											
巡回がん検診				7/22,23 中央公民館				7/20,21 福祉会館 7/25,26,27 蓮池小学校(26,27日は午前のみ)				

※各行事の日程、会場については変更することがあります。毎月の広報はりま「保健行事」欄で日時、場所をもう一度お確かめください。

いきいき(大人の健康づくり)教室

- 健康・栄養相談
健診の結果「気になることがある」「脂質異常症、糖尿病と言われたがどうしたらいいの？」など健康、食事に関する相談をお受けします。
▶時間 13:30~15:30 ※予約が必要です。
▶場所 福祉会館 1階
▶持ち物 健診結果
- 健康美づくり運動教室
メタボが気になるので、ダイエットしようと思われる方、運動を始めたけれど、どのような運動をしたらいいのかわからない方、家で簡単にできる運動を知りたい方、みんなで楽しく運動してみませんか?
▶対象 40~74歳で運動を始めようと思われる方 ※既にどこかで運動をされている方はご遠慮ください。
▶日時 毎月第1・第3火曜日 10:00~11:30 上記のカレンダーの通り
▶場所 健康いきいきセンター3階
▶内容 ストレッチ、ウォーキング、リズム体操、筋肉トレーニングなど
▶費用 無料(ジム・プール使用時は実費徴収)
▶持ち物 筆記用具、お茶、汗ふき用タオル ※運動のできる服装でお越しください。
▶申込み・問合せ すこやか環境グループ ☎079(435)2611

がん検診

- がん検診
18歳以上の播磨町民の方ならどなたでも受けられます。(ただし、乳がん検診は40歳以上の方が対象です。乳がん・子宮がんは2年に1回の助成となるため、平成22年度に受診された方は受診できません) 月1回、会場まで送迎バスを運行しています。(要予約)
▶場所 加古川総合保健センター
▶申込み 加古川総合保健センター ☎079(429)2923
- 子宮がん個別検診
18歳以上の女性ならどなたでも受けられます。(平成22年度に受診された方は受診できません) 加古川総合保健センターに電話で申し込み、受診券が届いてから医療機関に予約します。
▶場所 加古川市・稲美町の協力医療機関(婦人科)
▶申込み 加古川総合保健センター ☎079(429)2923