

# いきいき健康推進課 ほけんだより

問合せ先 ☎ 0175-28-5800

## 保健行事 12月



### 母子手帳交付について

保健師が不在の場合もあります。**事前に連絡を**くださるようお願いいたします。

### 《予防接種》

\* 接種希望日の1~2週間前に、医療機関へ予約し、接種してください。

\* 医療機関によって接種できない予防接種もありますので、医療機関等へお問い合わせください。

	指定医療機関	電話番号
東通村	東通村診療所	28-5111
むつ市内	ちばクリニック	33-8001
	どんぐりこどもクリニック	24-5656
	菊池医院	24-1276
	北村医院むつレディースクリニック	22-2135

### 【5歳児健診】

とき 12月11日(水)  
ところ 保健福祉センター  
対象者 H26年10~12月生  
受付 12:30~12:45



### 【赤ちゃん教室】

とき 12月3日(火)  
ところ 保健福祉センター  
対象者 R1.7月生・H31.2月生・H30.11月生  
受付 10:00~10:15



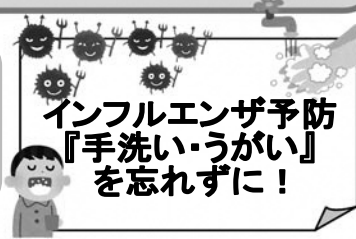
### 【キッスルーム】

毎月2回、保健福祉センターを遊び場として開放しています。12月は1回だけの開催になります。  
とき 12月12日(木)  
ところ 保健福祉センター  
対象者 就学前のお子さんと保護者  
時間 10:30~16:00



### 【3歳6ヶ月児健診】

とき 12月10日(火)  
ところ 保健福祉センター  
対象者 H28年3~5月生  
受付 12:00~12:15



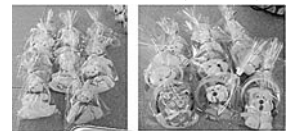
### むし歯ゼロ幼児表彰式 ~保健協力員からの贈り物~

前年度3歳6ヶ月児健診にてむし歯がなく、歯並びやかみ合わせも良好で、歯に汚れのなかったお子さんが対象です。今年度も16名のお子さんが表彰となりました。保健協力員の皆さんからは、毎年手作りの記念品が贈られています。



「良い歯でよく噛み良いからだ」

お口の健康は、全身の健康につながります。家族みんなで歯を大切に。



申込み 12/13 (金) まで

## 食改さんの料理教室 参加者募集



季節外れの  
天草から作るところてん&寒天スイーツ

日時：令和元年12月19日(木) 11:00~13:00  
場所：保健福祉センター(調理室)  
参加費：無料  
お申込み：いきいき健康推進課 28-5800

### ストップ受動喫煙!

お子さんや妊婦さんの前で吸っていませんか?

受動喫煙とは「タバコから出てくる煙や吐き出された煙を吸わされること」を言います。目の前で吸った場合だけではなく、同じ部屋や換気扇の下、空気清浄器がある部屋、ベランダで吸った場合も受動喫煙になります。

妊婦さんが受動喫煙を受けた場合、赤ちゃんが小さかったり、早く産まれたり、身体発育に影響が出る可能性があります。また、お子さんの場合も、ぜん息や気管支炎、中耳炎などの病気にかかったり、知的能力に影響が出る可能性があります。

完璧な分煙はありませんので、自分のため、家族のためにも禁煙しましょう!



### 定期予防接種はお済みですか?

★お子さんの母子手帳をご確認ください★

予防接種は、罹ると重篤な感染症を予防するためのものです。定期予防接種には、対象年齢が設けられていますので、ご確認のうえ、接種し忘れないようにお願いします。

特に、MR(麻しん・風しん)・日本脳炎・2種混合予防接種は注意!

予防接種の進め方については、いきいき健康推進課 保健師か、かかりつけ医までご相談下さい。