

保健事業【1月・2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ので
事前に連絡をくださいますようお願いいたします。



【赤ちゃん教室】

と き	1月12日(木)	2月9日(木)
と ころ	保健福祉センター	
対象者	R3年12月生 R4年3・8月生	R4年1・4・9月生
受 付	10:00~10:15	

【2歳6か月児歯科健診】

と き 2月2日(木)
と ころ 保健福祉センター
対象者 R2年3~6月生
受 付 12:30~12:45



【キッズルーム】

保健福祉センターを遊び場として開放しています。
保護者間の情報交換や交流の場ともなっていますので、
ぜひ、遊びに来てください!

と き 1月19日(木)
2月 1日(水)、15日(水)

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



※1月のキッズルームは、18日(水)コロナウイルスワクチン接種日となっているため、19日(木)に変更となっています。ご注意ください。

《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、医療機関等へお問合せください。



	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スクリニック	22-2135

☆パパ・ママ教室を開催しました☆

12月10日(土)、保健福祉センターで沐浴指導を中心にパパママ教室を開催しました。

新型コロナウイルス感染症の影響で、病院での両親学級等が中止になり、不安を抱えている方もいるのではないのでしょうか? パパママ教室を通して出産・子育てへの不安が軽減できればと思っています☆



次回のパパ・ママ教室は、日程が決まり次第対象者へお知らせ致します。

今年度最後の集団健診があります!!

下記の日程で今年度最後の健(検)診を行います。
例年、1月の健診の申し込みをされていない方の受診が増えています。待ち時間を短く、スムーズに受診できるよう、申し込みのご協力をお願いします。

また、地区で受診できず、受診票をお持ちの方は、日にち変更の連絡をお願いします。

集団健診で都合がつかない場合は、東通村診療所での個別健(検)診(婦人科健診以外)や、むつ市内婦人科での子宮がん検診の受診が可能です。詳細は健康カレンダーをご覧ください。

申込・お問い合わせは、健康福祉課(Tel.28-5800)までご連絡をお願いします。

日 程	1月22日(日)	1月27日(金)
場 所	保健福祉センター	
健診内容	複合検診	総合健診
受付時間	◎早朝 7:00~9:00 ※早朝健診内で 乳がん検診受診も 可能です。	◎早朝 7:00~9:00 ◎婦人科 12:00~13:00

《感染症対策について》

今冬は、インフルエンザと新型コロナウイルスの同時流行が予想されています。感染症の流行を抑えるために予防対策を行いましょう。

①手洗い・うがいをしましょう。

洗い残しが多い爪や指の間・手首など気をつけながら洗いましょう。

②換気をしましょう。

空気が流れることができるように、窓が2か所ある場合は2か所、1か所しかない場合は窓と扉を開けて換気をしましょう。

③適度な湿度(50~60%)を保持しましょう。

空気が乾燥していると、ウイルスが空気中に漂っている時間が長くなり、感染のリスクが高くなります。

④十分な休養とバランスのとれた食事をしましょう。

寝不足や偏った食事をしていると免疫力が低下し、感染症にかかりやすくなります。

⑤体調が悪いときは無理せず休みましょう。

～インフルエンザ予防接種費用の助成について～

助成対象者には通知しております。(生活保護で接種希望の方は健康福祉課までお問合せください)

東通村診療所以外で接種を受ける場合、自己負担で接種を行い、償還払いの手続きが必要となります。



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、接種し忘れのないようにお願いします。

■麻疹風しん 第1期は2歳未満

第2期は就学前の1年間

■水痘

1歳~3歳までに2回接種

■二種混合

11歳~13歳未満

※定期接種対象年齢を過ぎると自費となります。

予防接種の進め方については健康福祉課の保健師または、かかりつけ医までご相談ください。

