

保健事業 3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。
母子手帳交付を希望される方は、
事前に健康福祉課まで連絡をお願いします。

【3歳6ヶ月児健診】

と き 3月5日(水)
ところ 保健福祉センター
対象者 R3年6~7月生

*対象者には、個別に通知いたします。
詳細は、個別通知をご確認ください。

【赤ちゃん教室】

と き 3月7日(金)
ところ 保健福祉センター
対象者 R6年1・2・4・6・7・
8・10・11・12月生

*対象者には、個別に通知いたします。
詳細は、個別通知をご確認ください。

【健診結果説明会】

◆下記日程にて、健診結果をお返しします。
*参加できなかった方には、後日結果を郵送します。

と き 3月6日(木)
ところ 保健福祉センター
対象者 1月31日、2月1・2日に
住民健診を受診された方

時 間 ① 9:00~9:30
② 10:00~10:30
③ 11:00~11:30

保健師・栄養士からの集団指導のほか
個別相談も行っています。ぜひご参加ください。

《予防接種について》

*予防接種希望日の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、実施していない予防接種もありますので、必ずお問い合わせのうえ、接種をすすめてください。

指 定 医 療 機 関	電 話 番 号
東通村 東通村診療所	28-5111
ちばクリニック	33-8001
どんぐりこどもクリニック	24-5656
むつ市 菊池医院	24-1276
北村医院むつレディスクリニック	22-2135

☆3月1~7日は《子どもの予防接種週間》です☆

お子さんの予防接種は順調ですか？

●4月の入園・入学・進級に備えて、必要な予防接種は済ませておきましょう。
定期予防接種には、対象年齢が設けられています。お子さんの母子手帳をご確認のうえ、接種し忘れないようにお願いします。

1歳~	麻疹風しん1期 水ぼうそう1回目、2回目
3歳~	日本脳炎1期(1回目、2回目、追加)
年長児	麻疹風しん2期
9~10歳	日本脳炎2期
11~12歳	※二種混合2期
12~16歳	子宮頸がん (対象者には個別に通知いたします。)

※基礎免疫が不十分だと、対象外となります。医師と相談のうえ、接種をすすめてください。

◆インフルエンザ・新型コロナウイルスワクチン予防接種の

助成期間は、R7年3月末日までです◆

助成対象で、まだ申請をしていない方は、健康福祉課窓口にて、手続きをお願いいたします。

◎領収書(原本)・印鑑・通帳・接種済証明書もしくは母子手帳を持参のうえ、お越しください。

*助成に関するお問い合わせは、健康福祉課までご連絡ください。

☆3月1~8日は《女性の健康週間》です☆

女性の体は、思春期や更年期など、それぞれの時期に特有の悩みや病気があります。

仕事や育児で忙しいからと、自分のことは後回しにしていますか？一度、ゆっくり自分と向き合ってみましょう。体の不調や、気分の落ち込みなど、不安を感じた時には、早めに専門医を受診し、不安を取り除きましょう。

また、自分のため、家族のため、健康のために毎年の健診と2年に1回の婦人科検診を受診しましょう。

子宮頸がん個別検診について

集団健診日に子宮頸がん検診を受診できなかった方は、むつ市内の産婦人科での子宮頸がん個別検診の受診ができます。

希望される方は、健康福祉課までご連絡ください。

◆3月は《自殺対策強化月間》です◆

もし、あなたが悩みを抱えていたら、勇気を出して信頼できる人に相談してみましょう。

もし、あなたの周りの家族や友人など、身近な人の様子がいつもと違うと感じたら、まず声をかけ、じっくりと話を聞きましょう。

誰かに話せた、誰かに聞いてもらえたというだけでも、気持ちが軽くなり、次への一歩を踏み出すことができます。

いつでも だれでも どこでも

変化に気づく

じっくりと耳を傾ける

専門の支援者や
機関へつなげる

温かく見守る