

# 予防接種

## 集団接種(健康館すこやかおはるでの接種)

接種名	と き	対 象
BCG	①5月1日(金) ②6月1日(月)	①H21年1月出生児 ②H21年2月出生児
ポリオ	①実施済み ②5月25日(月)	H20年10月・11月出生児

\* B C G の日は歯科健診も同時開催しています。  
\* 三種混合予防接種は、指定医療機関での個別接種に変わりました。

受付時間 13:30 ~ 14:00 持ち物 母子健康手帳、予診票 ※対象児以外は予約が必要です

## 個別接種(医療機関での接種)

### 麻しん(はしか)・風しん・三種混合が接種できる医療機関

医療機関名	電話番号	診療時間	医療機関名	電話番号	診療時間
安藤医院	(444) 2301	8:30 ~ 12:30 18:00 ~ 20:00	三木医院	(444) 7005	9:00 ~ 12:00 16:00 ~ 19:00
こうのう内科	(443) 3631	8:30 ~ 12:00 16:00 ~ 19:00	とうない耳鼻咽喉科	(445) 4133	9:00 ~ 12:00 15:30 ~ 19:00
中原クリニック	(449) 1313	9:00 ~ 12:30 15:30 ~ 18:30	はら医院	(443) 6662	8:30 ~ 12:00 15:30 ~ 19:00
みずのホームクリニック	(444) 2270	9:00 ~ 12:00 16:00 ~ 19:00	まつうらこども診療所	(449) 2661	9:00 ~ 12:00 15:00 ~ 18:00

各医療機関で事前に予約し、母子健康手帳と予診票および保険証を持参のうえ接種してください。なお接種日および時間については、医療機関の指示に従ってください。また、接種についてのご相談は、保健センター健康館すこやかおはるまでご連絡ください。

※愛西市・弥富市・海部郡指定医療機関でも実施できます。

### ●三種混合

受け方(合計4回)		対 象
1期初回	20~56日間隔で3回	生後3~90カ月未満
1期追加	1期初回(3回)終了後、標準として12~18カ月の間に1回(6カ月以上の間隔をあけて1回)	

※1期初回の方で規定の間隔を超えている場合は、事前に手続きが必要です。予診票を持って保健センター健康館すこやかおはるへお越しください。

### ●麻しんおよび風しん(MR混合)ワクチン

#### 麻しんおよび風しん予防接種の対象者が追加されました!

第2~4期の対象者へは4月初めに個別通知をしますのでご確認ください。

受け方	対 象	接種できる最終日
1期1回	生後12~24カ月未満	2歳の誕生日の前日
2期1回	平成15年4月2日から平成16年4月1日生まれの児	平成22年3月31日
3期1回	平成8年4月2日から平成9年4月1日生まれの児	
4期1回	平成3年4月2日から平成4年4月1日生まれの方	

※第3・4期の対象者で、麻しんと風しんの両方にかかった(罹患した)ことが確実な方は除きます。

### ●日本脳炎

受け方(合計4回)	対象児
1期初回	生後36~90カ月未満
1期追加	
2期	9歳以上13歳未満

(注)日本脳炎は、4月現在中止していますが、定期の予防接種の対象者のうち、  
①日本脳炎の流行地域へ渡航する方 ②蚊に刺されやすい地域や環境にある方など、日本脳炎に感染する恐れが高い場合などで、本人や保護者が特に希望する場合は、お問い合わせください。

### ポリオワクチン追加接種

昭和50年から52年に生まれた方について、ポリオの免疫を保有している方の割合が他の年齢層に比べて低いことが厚生労働省の調査で分かっています。

下記に該当する方は、再度ポリオワクチンの接種を受けることをお勧めします。接種可能病院などはお問い合わせください。(※接種は有料)

- ①ポリオワクチン常在国に渡航されるとき
- ②お子さんがポリオワクチン接種を受けるとき

『ダイエットとお口の健康』

5月になり、だんだん暖かい日が増え、薄着の季節になってきました。皆さんの中にも、そろそろダイエットをしなければと焦っている方もいるのではないのでしょうか。

しかし、安易なダイエットは禁物です。その一つが食事制限によるダイエットです。食事を抜いたり、極端に食べる量を減らして食事制限を行うと、せっかく回数が減り、それに伴って唾液の分泌が減るため口臭が発生したりします。

また水分を取ることを控え過ぎると、お口の中が乾燥し細菌の繁殖を増加させ、それが口臭につながったりもします。

またサプリメントなどの代替食品(補助食品)によるダイエットもお口の衛生維持に対する意欲を低下させ虫歯や歯周病の原因になったりします。そこで、お口にも体にも健康的な「かむかむダイエット」はいかがでしょう。

よくかむと、唾液の分泌が多くなり、唾液中の消化酵素アミラーゼが食物を消化して糖に変え、血糖値が上がるので満腹中枢を刺激して、満腹感を与えてくれます。満腹感を早く感じられれば、その分食事の量が減りダイエットにつながるのです。よくかむとは、一回食べ物を入るのにつき30回以上かむことを目標にしてください。とはいえ、しっかりとかむためには、虫歯やかみ合わせに問題があつてはいけませんので、歯科でのチェックをお忘れなく。

事業日程

事業名	とき	受付時間	予約	対象	持ち物	備考
母子健康手帳の交付	毎週火曜日	9:30 ～10:30			妊娠届出書	ご都合の悪い方はご連絡ください。
妊婦相談・母乳相談	毎週火曜日	9:30 ～11:00	要			妊娠・出産・母乳に関する相談等
乳幼児相談	毎週火曜日	9:30 ～11:00	要	乳幼児		身体計測のみの方は受付時間内にご自由にご利用ください。
歯みがき相談	5月12日(火) 5月19日(火)	10:00 ～11:00	要	乳幼児および成人		歯みがきについての相談
栄養相談	5月26日(火)	9:00 ～11:00	要	乳幼児および成人		栄養についての相談
ことばの相談	5月27日(水)	13:30 ～15:30	要	幼児		ことばについての相談
母親教室	5月 8日(金) 5月26日(火)	13:00 ～13:10	要	妊娠中の方およびその家族	テキスト	歯科健診・妊娠中の栄養・母乳指導交流会等
ふたごの交流会	5月22日(金)	10:00 ～11:00	要	ふたごおよびその家族		参加希望の方は5月21日(木)までにご連絡ください。
パパママ教室	6月 7日(日)	9:20 ～9:30	要	妊娠中の方およびその家族	バスタオル、タオル、筆記用具、テキスト	妊婦体験・2人で行う妊婦体操 赤ちゃんのお風呂の入れ方・交流会 申込期限：5月29日(金)
新米ママの交流会	6月 3日(水)	9:45 ～10:00	要	2～4カ月頃の乳児とその母親	筆記用具	身体計測・交流会・絵本の読み聞かせ
前期離乳食教室	5月26日(火)	13:00 ～13:15	要	4～6カ月頃の乳児とその母親	筆記用具	離乳食についての講話と試食・交流会 申込期限：定員30組に達するまで
*乳児健康診査 (3～4か月児)	5月20日(水)	13:15 ～13:45		平成21年1月出生児	バスタオル	身体計測・内科診察・育児相談
*9か月児相談	5月20日(水)	9:00 ～10:00		平成20年8月出生児		身体計測・聴力検査・歯科指導 育児相談 受付時間：第1子以外 9:00～9:30 第1子 9:30～10:00
*1歳6か月児健康診査	5月19日(火)	13:15 ～13:45		平成19年10月出生児		身体計測・内科診察・歯科診察 聴力検査・栄養指導・育児相談
*2歳児歯科健康診査	5月14日(木)	9:15 ～9:45		平成19年4月出生児	タオル、コップ、使用中の歯ブラシ	歯科診察・歯みがき指導・染め出し フッ素塗布(希望者) 親子とも汚れてもよい服装でお越しください。
*3歳児健康診査	5月21日(木)	13:15 ～13:45		平成18年4月出生児	当日の朝一番に出た尿(20cc程)	身体計測・内科診察・歯科診察 視力検査・聴力検査・尿検査 育児相談
成人健康相談	毎週火曜日	9:30 ～11:00	要	成人		身体計測・血圧測定 健康についての相談等
禁煙相談	毎週火曜日	9:30 ～11:00	要	タバコをやめたいと思っている方		呼気中CO濃度測定・尿中ニコチン代謝物濃度測定 禁煙についての相談
	6月 7日(日)	11:30 ～11:40				
心の健康相談	5月14日(木)	13:30 ～15:30	要	心の悩みのある方	健康手帳(お持ちの方のみ)または母子健康手帳	内容：心の悩み、問題についての相談 申込期限：5月13日(水)
歯科健診	5月 1日(金) 6月 1日(月)	13:30 ～14:45	要		健康手帳(お持ちの方のみ)または母子健康手帳	歯科健診(口腔粘膜・顎関節・口腔がんなどの診査)・歯周病検査
6歳臼歯保護育成事業 (医療機関での実施)	町に住民登録のある児のうち、満6歳に達した日から、9歳に達する年度(小学3年生)の3月31日までが対象になります。ご希望の方は、予防処置4本分で2,800円を健康館すこやかおおはるへご持参ください。					
産後ホームヘルパー派遣事業	出産後間もない母親の体調不良などで家事が困難な家庭に、退院後1カ月間に10日以内でヘルパーを派遣し家事援助を行う事業です。詳細については健康館すこやかおおはるまでお問い合わせください。					

- 注意
- ・会場名の表示のないものは、健康館すこやかおおはるです。
  - ・お越しの際は、母子健康手帳・健康手帳(40歳以上の方)を、また\*印のある健康診査にお越しになるときは、母子健康手帳・質問票をご記入のうえ、視力検査・聴力検査はご自宅で実施しご持参ください。
  - ・駐車スペースには限りがありますので、車でお越しはできる限りご遠慮いただくようご協力ください。