

子育て支援課から

☎子育て支援課 (いきいきプラザ3階)

10月のBCG予防接種

対象	日時	持ち物
生後1歳に至るまでのお子さん(標準的な接種期間は、生後5か月～8か月に達するまで)	2日(月)・23日(月) 午前9時30分～11時	母子健康手帳 予診票

場いきいきプラザ2階
 ※予診票は生後2か月を迎える月の月上旬に、3～4か月児健康診査のお知らせと同封して通知しています。お持ちでないかたは、お問い合わせください。

10月の乳幼児子育て相談と計測

内容	対象	日時	持ち物
子育て相談(心理相談員・管理栄養士・保健師)	0歳～就学前まで	10日(火) 午前10時～11時30分	母子健康手帳
身長・体重測定		10日(火)・24日(火) 午前10時～11時30分	

場いきいきプラザ2階
申子育て相談のみ前日までに電話又は直接子育て支援課へ

10月の乳幼児学級(歯科編)

学級名	対象	日時(15分前から受付開始)	持ち物
幼児学級	1歳2か月～1歳9か月未満のおさんと保護者	11日(水) 午前10時30分～11時45分	母子健康手帳 歯ブラシ
乳児学級	9か月～1歳2か月未満のおさんと保護者	11日(水) 午後1時30分～2時45分	

場いきいきプラザ2階
内むし歯予防の話と歯みがき実習、手遊び、乳幼児の成長と発達の話
講歯科衛生士、保育士、保健師 **申**不要、直接会場へ
 ※10月より、幼児学級(歯科編)の参加者に対し、学級の時間内に計測を行います。

10月のゆりかごキャラバン秋津(出張相談)

対象	日時	内容
妊娠中のかた・就学前までのおさんと保護者	12日(木) 午後1時～2時30分	お住まいの地域で気軽に育児に関する相談ができます(助産師・保健師)

場ころころおもちゃ箱あきつ(秋津町3-41-65白十字あきつの里内)
 ※車での来場はご遠慮ください。
申不要、直接会場へ

10月の母乳相談

内容	対象	日時	持ち物
母乳に関する悩みや不安・困りごとなどの相談(助産師・保健師)	母乳育児をしている親子	19日(木) 午前10時～午前10時30分・午前11時～午前11時30分(各回30分程度)	母子健康手帳 バスタオル

場ゆりかご相談室(いきいきプラザ3階)
申前日までに電話又は直接子育て支援課へ

平日版ハローベビークラス(母親学級)

プログラム	内容	日時(1回のみ参加可)	講師
栄養ばっちり&交流編	・妊婦さん同士の交流 ・先輩ママとの交流 ・妊娠中の食生活について(試食あり)	10月12日(木)	先輩ママ 管理栄養士 保健師
いい歯でニコニコ&育児の練習編	・母と子の歯の健康を学ぶ ・妊娠中からだと気持ちの変化を知る ・沐浴実習	10月31日(火) 午後1時30分～3時30分(15分前から受付開始)	
出産準備編	・お産の進み方 ・呼吸法 ・妊婦体操	11月14日(火)	助産師 保健師

人開催日に、妊娠16～32週の安定期のかた
場いきいきプラザ2階(11/14はいきいきプラザ1階運動指導室)
持母子健康手帳、「妊娠・出産・子育てガイド」の冊子(お持ちのかた)、10/12はお箸、10/31は歯ブラシ・コップ・手鏡
 ※11/14参加のかたは動きやすい服装で
申不要、直接会場へ

健康増進課から

☎健康増進課(いきいきプラザ2階)

成人健康栄養相談(予約制)

人市内在住の平成10年3月31日以前に生まれたかた
日10月13日(金)午後1時30分～3時30分(1人約30分)
場いきいきプラザ1階「運動指導室」
内保健師・管理栄養士・運動指導員による生活習慣・食生活・運動等についての相談、血圧測定
 ※希望者には体脂肪率測定・塩分濃度測定を実施します。
 ※塩分濃度測定の希望者は、みそ汁等20cc程度お持ちください。
持健康手帳、健康診断等の結果(お持ちのかた)
申電話又は直接健康増進課へ

健康づくり測定会(体成分分析測定)

人市内在住の平成10年3月31日以前に生まれたかた、各回抽選15名
 ※手足のけがで治療中のかた、妊娠中のかたや心臓ペースメーカー、ステント、人工心臓弁使用のかた等を除く
日10月25日(水)午前9時30分、10時30分
場いきいきプラザ1階「運動指導室」
内体成分分析測定(体脂肪・筋肉量・内臓脂肪量等をはだして測定)と結果説明
 ※測定は病気を診断するものではありません。
 ※年1回測定できます。
 ※機器の不具合により、ほかの測定に変更する場合があります。
申直接(返信用はがき持参)又は**往復はがき**に必要事項と特記事項を明記し、10月2日(月)～10日(必着)に健康増進課へ
特記事項希望時間・生年月日
 ※抽選結果は10月中旬に発送予定です。

胃がん・大腸がんセット検診(車検診)

日各日午前9時～11時
場いきいきプラザ1階「検診待合室」=12月5日(火)～8日(金)・10日(日)・12日(火)、恩多ふれあいセンター(恩多町5-40-1)=12月11日(月)
人市内在住の昭和53年3月31日以前に生まれたかた、各日40名
 ※今年度胃がん・大腸がん検診を受診されたかたを除く
 ※応募者多数の場合は抽選(結果は11月上旬に発送予定)
 ※胃がん検診のみの申し込み可
費1,500円(胃がん検診のみのかたは1,000円)
 ※問診票等検診に必要な書類、検体容器等は11月下旬に順次発送予定

検診名	検診内容	受診できないかた
胃がん検診	問診、胃部エックス線検査(バリウム)	○過去1年以内に手術を受けたかた ○消化器系疾患の治療中のかた ○腸閉塞の既往があるかた ○バリウム誤嚥歴があるかた ○妊娠中又は妊娠の可能性のあるかた ※当日の問診により受診をお断りする場合があります。
大腸がん検診	便潜血検査2日法	○炎症性腸疾患や痔の治療中のかた

申直接(返信用はがき持参)又は電子申請、**往復はがき**に必要事項と第1～3希望日(いずれの日でも可の場合はその旨)・生年月日を明記し、10月2日(月)～10日(必着)に健康増進課へ
 ※往復はがきでお申し込みの場合は「胃がん・大腸がんセット検診」とご記入ください。

肺がん検診(市内指定医療機関)

人市内在住の昭和53年3月31日以前に生まれたかた、先着300名
日11月1日(火)～12月26日(火)
場久米川病院(萩山町3-3-10)、新山手病院(諏訪町3-6-1)
内問診、エックス線直接撮影、喀痰細胞診(50歳以上で喫煙指数(1日本数×年数)600以上)
費1,000円(喀痰細胞診は別途500円)
申直接又は電子申請、はがきに必要事項と生年月日を明記し、10月2日(月)～12月8日(必着)に健康増進課へ
 ※受診票等は10月下旬から順次発送予定