





乳幼児と保護者の方へ

※費用について、特に記載しているもの以外は無料です。

内容	日時・会場	対象	その他																			
離乳食実習	1/17(木)・午後1時30分～3時30分 保健センター	H24年8月生の第1子のお子さんとその保護者	定員/36組(先着順) 申し込み/電話で12/20(木)から予約受付開始																			
母と子のつどい	2/21(木)・午後1時30分～3時30分 保健センター	H24年12月生 定員/30組(先着順)	内容/赤ちゃん体操、交流など 申し込み/電話で1/17(木)から予約受付開始																			
マタニティ教室 ※1月コースは、すでに受付を行っています	<table border="1"> <thead> <tr> <th>日</th> <th>程</th> <th>定員</th> <th>対象(初妊婦)</th> <th>実施時間</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1月(3日コース)</td> <td>10(木)・19(土) 23(水)</td> <td>36人</td> <td>H25年4月～6月 出産予定</td> <td>午後1時～4時</td> </tr> <tr> <td>2月(1日コース)</td> <td>16(土)</td> <td>36人</td> <td>H25年5月～7月 出産予定</td> <td>午前10時～午後4時</td> </tr> </tbody> </table>	日	程	定員	対象(初妊婦)	実施時間	1月(3日コース)	10(木)・19(土) 23(水)	36人	H25年4月～6月 出産予定	午後1時～4時	2月(1日コース)	16(土)	36人	H25年5月～7月 出産予定	午前10時～午後4時		内容/保育と沐浴、お産の進み方、DVD上映など 会場/保健センター 申し込み/電話で12/13(木)から予約受付開始				
日	程	定員	対象(初妊婦)	実施時間																		
1月(3日コース)	10(木)・19(土) 23(水)	36人	H25年4月～6月 出産予定	午後1時～4時																		
2月(1日コース)	16(土)	36人	H25年5月～7月 出産予定	午前10時～午後4時																		
予防接種 乳幼児健康診査	<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">予防接種のご案内 (BCG・四種混合等)</th> <th colspan="4">1月の乳幼児健診</th> </tr> <tr> <th>4か月児健診</th> <th>10か月児健診</th> <th>1歳6か月児健診</th> <th>3歳児健診</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>H24年10月生まれ</td> <td>H24年9月生まれ</td> <td>H24年3月生まれ</td> <td>H23年6月生まれ</td> <td>H21年9月生まれ</td> </tr> <tr> <td colspan="5" style="text-align:center">12月上旬発送予定</td> </tr> </tbody> </table>	予防接種のご案内 (BCG・四種混合等)	1月の乳幼児健診				4か月児健診	10か月児健診	1歳6か月児健診	3歳児健診	H24年10月生まれ	H24年9月生まれ	H24年3月生まれ	H23年6月生まれ	H21年9月生まれ	12月上旬発送予定						※左記のとおり個別通知をしますので、詳細は通知をご覧ください。
予防接種のご案内 (BCG・四種混合等)	1月の乳幼児健診																					
	4か月児健診	10か月児健診	1歳6か月児健診	3歳児健診																		
H24年10月生まれ	H24年9月生まれ	H24年3月生まれ	H23年6月生まれ	H21年9月生まれ																		
12月上旬発送予定																						

冬にかかりやすい感染症

※感染症を予防するには、うがい・手洗いとともに、規則正しい生活と十分な休養、バランスのとれた食事を摂ることが重要です。
※せき、くしゃみをする際には、マスクをする、ティッシュや衣類で口を覆うなど「せきエチケット」を守り、感染を広げないようにしましょう。
※体調がすぐれない時は、医療機関に電話で相談のうえ、早めに受診しましょう。

感染症名	潜伏期間・感染期間・感染経路・予防接種の有無	症状
インフルエンザ 	潜伏期間/1～3日 感染期間/発症前24時間から発症後3日程度が最も感染力が高い 感染経路/飛沫感染(せき・くしゃみなど)、接触感染(ドアノブ、スイッチなど)、空気感染(換気の悪い部屋にウイルスが停滞) 予防接種の有無/あり 子どもは2回接種(2～4週間隔で)、大人は1回接種	突然の38度以上の高熱、全身のだるさ、頭痛、関節痛、筋肉痛などの全身症状が先に出る。 鼻水、せき、のどの痛みなどの呼吸器症状や腹痛、吐き気、おう吐、下痢等の消化器症状も伴うこともある。 通常は、発熱が4～5日続き、1週間程度で回復する。 <合併症> 肺炎・中耳炎・熱性けいれん・脳症など
RSウイルス感染症 (急性細気管支炎)	潜伏期間/2～8日 感染期間/3～8日間(乳児では3～4週間) 感染経路/飛沫感染、接触感染 予防接種の有無/なし(ただし、早産児、先天性心疾患、慢性肺疾患を持つ乳児では重症化することがあるため、主治医の指示により定期的にシナジスを接種することがあり、発症予防と軽症化を図る)	鼻水、せき、のどの痛みなどの呼吸器症状 生後6か月未満では重症化しやすく、入院が必要になる場合がある。 <合併症> 肺炎・中耳炎など
マイコプラズマ肺炎 	潜伏期間/14～21日 感染期間/症状発症時がピーク。その後、4～6週間続く 感染経路/飛沫感染、接触感染 予防接種の有無/なし	発熱(熱が出ないこともある)と軽いせきで始まり、せきは徐々に強くなる。 頭痛、のどの痛み、腹痛を伴うこともある。 1週間程度で熱は下がるが、せきは1か月程度続く。特に学童期の発症が多い 肺炎としては元気で、一般状態も悪くないが、重症肺炎となることもある。 <合併症>中耳炎、髄膜炎、脳炎、心筋炎など
ウイルス性胃腸炎 (嘔吐下痢症) ロタウイルス ノロウイルス アデノウイルス	潜伏期間/1～3日 感染期間/下痢・おう吐の症状がある期間(下痢・おう吐の量、回数は減るが数週間はウイルスを排泄しているので注意が必要) 感染期間/経口感染、接触感染 予防接種の有無/ロタウイルス胃腸炎のみ予防接種あり	発熱、吐き気、おう吐、下痢(クリーム色～白色であることが多い) おう吐、下痢からくる脱水症状 <合併症> けいれん、肝炎、まれに脳症

みんなすこやか

平成24年度個別がん検診・肝炎ウイルス検診実施医療機関に変更があります

○あいかわ循環器内科・内科(根岸台)…大腸がん・前立腺がん・肝炎ウイルス検診を実施します。 ☎048-461-8585
※実施医療機関については、今後も変更になる場合がありますので、検診の実施内容・実施日については、医療機関へ直接お問い合わせください。

※12月の休日歯科応急診療所
実施日 12/2(日)・9(日)・16(日)・23(日)・24(月・祝)・30(日)・31(日)
受付時間 午前9時～11時30分
場所 新座市休日歯科応急診療所(新座市保健センター)
診察料 健康保険法の規定料金(保険証を必ずお持ちください。)
問い合わせ ☎048-481-2211

※救急医療のお問い合わせ
●埼玉県救急医療情報センター ☎048-824-4199
●埼玉県南西部消防本部 ☎048-460-0123
※小児救急電話相談
●#8000(携帯電話からも相談可能)

☆今月の主な保健衛生週間行事予定
12月1日は「世界エイズデー」です!