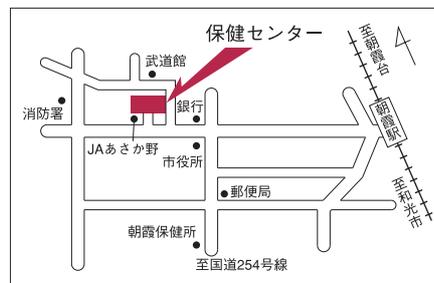




問い合わせ 健康づくり課(保健センター内) ☎048-465-8611

※各種相談の日程は、19ページをご覧ください。



乳幼児と父母の方へ

※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													
集団予防接種 BCG (結核予防) ※必ず保護者が 同伴してください。	<table border="1"> <thead> <tr> <th>日程</th> <th>受付時間</th> <th>対象者</th> <th>会場</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">1/15(木)</td> <td>午前9:30~11:30</td> <td rowspan="2">H20年9月14日~10月14日 日生まれのお子さん</td> <td rowspan="4">保健センター</td> </tr> <tr> <td>午後1:30~3:30</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">2/12(木)</td> <td>午前9:30~11:30</td> <td rowspan="2">H20年10月15日~11月13日 日生まれのお子さん</td> </tr> <tr> <td>午後1:30~3:30</td> </tr> </tbody> </table>	日程	受付時間	対象者	会場	1/15(木)	午前9:30~11:30	H20年9月14日~10月14日 日生まれのお子さん	保健センター	午後1:30~3:30	2/12(木)	午前9:30~11:30	H20年10月15日~11月13日 日生まれのお子さん	午後1:30~3:30		※対象者には、日時を指定した個別通知を実施日の約5週間前に送付します。 ※個別通知による対象日時に来られない方、対象年齢にもかかわらず個別通知の届かない方(特に転入された方)はご連絡ください。
日程	受付時間	対象者	会場													
1/15(木)	午前9:30~11:30	H20年9月14日~10月14日 日生まれのお子さん	保健センター													
	午後1:30~3:30															
2/12(木)	午前9:30~11:30	H20年10月15日~11月13日 日生まれのお子さん														
	午後1:30~3:30															
離乳食実習	2/12(木)・午後1時30分~3時30分 保健センター	H20年9月生	定員/30組(先着順) 申し込み/電話で1/13(火)から予約受付開始													
母と子のつどい	2/3(火)・午前9時45分~11時45分 保健センター	H20年12月生 定員/20組(先着順)	内容/赤ちゃん体操、交流など 申し込み/電話で1/14(水)から予約受付開始													
母親学級 ※2月コースは、 すでに受付を 行っています。	<table border="1"> <thead> <tr> <th>日程</th> <th>対象</th> <th>実施時間</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>2月コース 2/5(木)・14(土) 18(水)・23(月)</td> <td>H21年5月~H21年7月 までに出産予定の初妊婦</td> <td>午後0時45分~4時30分</td> </tr> <tr> <td>3月コース 3/5(木)・11(水) 14(土)・19(木)</td> <td>H21年6月~H21年8月 までに出産予定の初妊婦</td> <td>午後0時45分~4時30分</td> </tr> </tbody> </table>	日程	対象	実施時間	2月コース 2/5(木)・14(土) 18(水)・23(月)	H21年5月~H21年7月 までに出産予定の初妊婦	午後0時45分~4時30分	3月コース 3/5(木)・11(水) 14(土)・19(木)	H21年6月~H21年8月 までに出産予定の初妊婦	午後0時45分~4時30分		内容/妊娠中の栄養と調理実習、保育と沐浴、お産の進み方、ビデオ上映など 定員/36人(先着順) 会場/保健センター 申し込み/電話で1/14(水)から予約受付開始				
日程	対象	実施時間														
2月コース 2/5(木)・14(土) 18(水)・23(月)	H21年5月~H21年7月 までに出産予定の初妊婦	午後0時45分~4時30分														
3月コース 3/5(木)・11(水) 14(土)・19(木)	H21年6月~H21年8月 までに出産予定の初妊婦	午後0時45分~4時30分														

インフルエンザに気をつけましょう!! あ、その咳、そのくしゃみ~ 咳エチケットしてますか? ~

マスクをせずに咳やくしゃみをする、ウイルスが2mから3m飛ぶと言われています。

そこで必要なことが「**咳エチケット**」

「咳エチケット」に努めましょう

- 咳・くしゃみが出たら、他の人にうつさないためにマスクを着用しましょう。マスクをもっていない場合は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけて1m以上離れましょう。
- 鼻汁・痰などを含んだティッシュはすぐにゴミ箱に捨てましょう。
- 咳をしている人にマスクの着用をお願いします。

その他、インフルエンザ予防のためにできること

- 帰宅時のうがい、手洗いを励行しましょう。
- 十分な栄養と休養をとりましょう。
- 必要なとき以外は人ごみを避けましょう。
- 室内の乾燥に気をつけましょう。
- 過労・睡眠不足などの不摂生は避けましょう。
- 外出時はマスクを利用しましょう。

インフルエンザ等相談窓口

(株)保健同人社(※厚生労働省の委託機関)
☎03-3234-3479

開設時期: 3月31日(火)まで

対応日時: 月~金曜日(祝日除く) 午前9時30分~午後5時

☆今月の主な保健衛生週間行事予定

1日~2月28日は「はたちの献血キャンペーン」です!