

# 保健だより

くわしくは、お近くの保健センターへお問い合わせください。なお、各健診の約2週間前には個別通知をします。

## 社保健センターで実施します

事業	日時	受付時間	対象	
4か月児健診	12月14日(木)	旧社町区域 旧滝野町・旧東条町区域	13:30～14:00	平成18年8月生
	12月21日(木)			
10か月児相談	12月13日(水)	旧社町区域	13:30～14:00	平成18年2月生
		旧滝野町・旧東条町区域	14:00～14:30	
1歳6か月児健診	12月7日(木)	全区域	13:30～14:00	平成17年5月生
3歳児健診	12月20日(水)	全区域	13:30～14:00	平成15年10月生
離乳食もぐもぐ教室	12月5日(火)	全区域	9:30～10:00	生後4～6か月児 <b>要予約</b> 参加費100円

事業	日時
パパママクラス(生活編)	12月9日(土) <b>要予約</b> 9:30～11:30
ナーサリールーム	12月11日(月)・25日(月) 10:00～11:30
乳幼児発達相談	12月15日(金) <b>要予約</b> 13:00～15:00
ヘルスアップ事業	12月5日(火)・12日(火)・19日(火)・26日(火) 10:00～11:00
機能訓練教室	12月1日(金)・8日(金)・15日(金)・22日(金) 13:30～15:30

予約の必要なものについては、保健センターに5日前までにご予約ください。(土・日・祝日は除く)

## 各保健センターで実施します

事業	社保健センター	滝野保健センター	東条保健センター
2歳児育児教室	12月6日(水) 9:00～9:30受付	1月実施	12月6日(水) 13:00～13:30受付
子育て何でも相談	12月13日(水) 9:00～11:30受付	1月実施	12月26日(火) 9:00～11:30受付
母子健康手帳交付	毎週月曜日 8:30～12:00受付 妊婦後期健康診査受診券の交付申請が行えますので、印鑑をご持参ください。		
筋力アップ教室	12月6日(水)・14日(木)・21日(木)	11月に終了	1月から実施

### 予防接種(乳児BCG)のお知らせ

**対象児** 平成18年8月生まれ  
または6ヵ月未満の未接種児  
(接種日現在)

**実施日** 平成18年12月22日(金)

**場所** ラポートやしろ

**受付時間** 13:20～13:50

**対象児** 平成18年9月生まれ  
または6ヵ月未満の未接種児  
(接種日現在)

**実施日** 平成19年1月9日(火)

**場所** ラポートやしろ

**受付時間** 13:20～13:50

\* 予診票に記入の上、母子健康手帳と一緒に  
お持ちください。  
なお、体温は、お越しになってから会場  
で測っていただきます。

### インフルエンザにご用心!

空気が乾燥するこの時期は、インフルエンザの流行時期です。  
インフルエンザ予防に心がけましょう。

予防接種を受ける。

加東市では高齢者のインフルエンザ予防接種の助成を行っています。  
65歳以上の方は、この機会に予防接種を受けましょう。(1月末まで)

手洗いをこまめに。

うがいをする。

部屋の換気をこまめに行う。

加湿器等の利用で湿度を保つ  
(60～70%)

外出時にはマスクをつける

バランスのよい食事を心がける。

睡眠をしっかりと。  
就寝は12時までに。

人ごみは避ける。

