



健康管理だより

市健康管理課
(平田町・福祉保健センター1階)
☎24-0816 FAX24-5870

電話番号は、おかけ間違いのないようにご注意ください。



ひこね元氣計画21
マスクットキャラクター
「コンキークン」

けんこう相談

- 保健師による相談 (9:30~11:00)
 - 2月13日(金) 福祉保健センター
 - 2月20日(金) 福祉保健センター
 - 2月24日(火) WAととねす春日
 - 2月25日(水) 稲枝地区公民館
 - 2月27日(金) 福祉保健センター
- ※上記の日程以外にも、市健康管理課では電話での相談を随時行っています。

栄養相談

- 栄養士による相談
- ☆治療中の病気がある人は、主治医の許可が必要です。
- (9:00~11:50) 〈予約制〉
- 2月9日(月) 福祉保健センター



2月の乳幼児健康診査

場 所 福祉保健センター別館(旧勤労青少年ホーム)2階

健診名	実施日	対 象	受付時間
4か月児	10日(火)	平成20年10月1日~13日生	13:00 ~ 14:00
	17日(火)	10月14日~31日生	
10か月児	4日(水)	平成20年4月1日~18日生	14:00
	18日(水)	4月19日~30日生	

場 所 福祉保健センター

1歳6か月児	6日(金)	平成19年8月1日~16日生	13:00 ~ 14:00
	20日(金)	8月17日~31日生	
2歳6か月児	12日(木)	平成18年8月1日~15日生	14:00
	19日(木)	8月16日~31日生	
3歳6か月児	9日(月)	平成17年8月1日~16日生	14:00
	16日(月)	8月17日~31日生	

場 所 南老人福祉センター(稲枝支所の北隣・田原町)

4か月児	25日(水)	平成20年10月生 (主に亀山・稲枝地区の児)	13:30 ~ 14:00
10か月児	25日(水)	平成20年4月生 (主に亀山・稲枝地区の児)	14:00

※4か月児健診以外、個人通知はありません。
 ※10か月児以上の健診は、「すくすく手帳」で健診内容・持ち物をご確認ください。
 ※2歳6か月児健診には、**歯ブラシとコップ**が必要です。



※3歳6か月児健診では、視力検査、検尿があります。朝一番の尿をきれいに洗ったビンなどに入れてお持ちください。

※乳幼児健康診査についてのお問い合わせは、直接、市健康管理課(上記参照)へ
 ※該当月に来られない場合は、ご連絡ください。
 ※4か月児健康診査時にブックスタート事業を、10か月児健康診査時にフォローアップ事業を実施しています。詳しくは、市子ども未来室☎・FAX28-1580へ



健康管理だより

予 防 接 種

—BCG接種—

対象 接種当日満3か月以上満6か月未満児

実施日	対 象
2月13日(金)	・平成20年10月31日~同11月13日の出生児 ・上記以前の6か月未満児で未接種児
2月27日(金)	・平成20年11月14日~同27日の出生児 ・上記以前の6か月未満児で未接種児

受付時間 13:10~14:10
場 所 福祉保健センター

※定期BCG予防接種は、原則として、満3か月以上満6か月未満の児が対象です。満6か月以上で定期BCG予防接種が受けられなかった人は、任意接種(有料)になりますのでご注意ください。ただし、基礎疾患があり、主治医から、生後6か月までに集団接種ができにくいと言われている人は、早めに 健康管理課へご相談ください。

※平成20年11月生まれのお子さんには、1月末に、「予防接種のつづり」「すくすく手帳(乳幼児健診のつづり)」をお届けします。

赤ちゃんサロン

☆母子健康手帳をお持ちください。
日時 2月3日(火) 9:45~11:30
(受付は9:30~9:45)

場 所 福祉保健センター
対象 2~3か月児とその保護者
内容 子育てに関する情報交換や、友だちづくり

離乳食相談

~1日2回食に進みましょう~
☆母子健康手帳をお持ちください。
日時 2月19日(水) 9:45~11:30
(受付は9:30~9:45)

場 所 福祉保健センター
対象 7~8か月児とその保護者
(集団指導) ☆母子健康手帳をお持ちください。

すくすく相談

- 身体計測 (9:30~11:00)
 - 2月5日(木) 福祉保健センター別館2階
対象: 4か月~1歳未満児
 - 2月12日(木) 福祉保健センター別館2階
対象: 1歳以上の児
※絵本の開き読みもあります。
 - 2月26日(木) 福祉保健センター
対象: 4か月未満の児
※全乳幼児対象の個別相談も行います。

- 身体計測・個別相談 (9:30~11:00)
 - 2月24日(火) WAととねす春日
 - 2月25日(水) 稲枝地区公民館

らくらく禁煙相談

肺の汚れとたばこへの依存度を調べてみませんか。
 日時 2月4日(水) 9:00~11:40
 場 所 福祉保健センター
 定員 6人(予約制)
 内容
 ●たばこの検査
 ・肺の汚れ度チェック(呼気中の一酸化炭素の濃度測定)
 ・たばこの依存度チェック(尿中ニコチン濃度検査)
 ●たばこの上手なやめ方のアドバイス

ハローベビィー教室

- 第1コース
(妊娠中の生活や食事の話、妊婦体操)
日時 2月2日(月) 13:30~15:30
(受付は13:15~13:30)
場 所 福祉保健センター別館2階
対象 妊娠16~27週の妊婦
持ち物 母子健康手帳
※申込は不要です。動きやすい服装で参加してください。

長期固定金利住宅ローン【フラット35】

【フラット35】は民間金融機関と住宅金融支援機構が提携して、皆さまにご提供する長期固定金利の住宅ローンです。

■フラット35サイト
www.flat35.com

■お客さまコールセンター
☎0570-0860-35
受付時間 毎日9:00~17:00
(祝日、年末年始を除く)

■近畿圏の店舗

京滋センター 075-354-9855
兵庫センター 078-327-5015
近畿支店 06-6281-9281
電話受付時間 各店舗とも 平日9:00~17:00

住宅金融支援機構
Japan Housing Finance Agency
(旧「住宅金融公庫」)

1~2月は「はたちの献血」キャンペーン月間です

~小さな勇気で大きな優しさ
はじめようはたちの献血!~

医療機関では、毎日たくさんの輸血用血液を必要としています。少子高齢化などの影響で献血のできる人口は年々少なくなってきています。成人として社会への第一歩を踏み出そうとしている皆さんは、ぜひ「はたち」の記念に、献血にご協力ください。また、冬の時期は血液が大変不足します。輸血を必要とする患者さんのために、新成人以外の皆さんも、温かいご協力をお願いします。

問い合わせ先 滋賀県赤十字血液センター ☎0120-338-966 (フリーダイヤル)

ノロウイルスによる感染性胃腸炎の予防について

ノロウイルスとは
秋から春先にかけて発症する人が多くなる冬の胃腸炎、食中毒の原因となるウイルスです。ノロウイルスは感染力が非常に強いため、家庭や学校、高齢者施設などで集団感染がよく見られます。

ノロウイルスによる感染性胃腸炎

- ・主な症状は、下痢、おう吐、吐き気、腹痛ですが、時に発熱、頭痛、筋肉痛などの症状がみられることもあります。
- ・潜伏期間は1日~2日で、症状が1日~3日続いたあと回復します。
- ・高齢者などで脱水症を引き起こすと生命に危険が及ぶことがあります。

感染予防の方法

- 1.手洗いの励行
外から帰った時、調理の前、食事の前、トイレの後に石けんと流水で手を洗いましょう。
- 2.生ものを食べることを極力避け、85℃で1分以上加熱調理しましょう
- 3.吐物・便の処理
使い捨て手袋、マスクを着用し、汚染場所を布や濡れた新聞紙で覆って、ウイルスの飛散を防ぎます。その後、布やティッシュペーパーでふき取り、ビニール袋に入れます。その後、汚染場所を塩素系漂白剤を100倍に薄めた液で拭き、約30分後に水拭きします。
- 4.衣類、寝具の処理
吐いたり、下痢の症状があった時は、衣類やシーツなどの寝具は塩素系の漂白剤につけて消毒してから洗濯しましょう。布団はこまめに干しましょう。
- 5.入浴
下痢がある時は、入浴はシャワーだけにするか、入浴する順番を最後にしましょう。
- 6.ほかの人とのタオルの共用はやめましょう

ノロウイルスによる感染性胃腸炎にかかったら...

病状を悪化させる危険がありますので、素人判断で下痢止めや吐き気止めを飲まず、早めにかかりつけ医に受診しましょう。