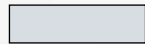




健康ガイド

問い合わせ



⇒ 市 保 健 セ ン タ ー ☎〈76〉1133



⇒ 衣浦東部保健所安城支所 ☎〈75〉7441

☎受付時間 ☎内容

☎費用 ☎持ち物

☎申し込み ☎その他

名 称 ☎予約制		対 象	とき／ところ ☎保健センター ☎保健所	備 考
妊産婦	母子健康手帳交付と妊婦指導	妊婦	月～金曜日（祝日を除く）午前8時30分～正午／☎	☎妊娠届出書
	妊産婦歯科健康診査 ☎	妊婦及び産後1年未満の産婦（定員30人／先着順）	2日(㉞)午前9時～11時／☎	☎歯の健診 ☎母子健康手帳、歯ブラシ、タオル
	パパママ教室 ☎	これから父母になる人（定員40人／先着順）	15日(㉞)㉞午後1時20分～1時30分／☎	☎保育の話やもく浴の実習
	パパママ教室調理実習 ☎	これから父母になる人（定員20人／先着順）	25日(㉞)午前9時30分～12時30分／☎	☎妊娠期・離乳準備期・初期の話と調理実習 ☎400円 ☎エプロン、母子健康手帳 ☎4月18日(㉞)までに☎へ
乳幼児	4か月児健康診査	3か月半～6か月未満	2・9・16・23日(㉞)㉞午後1時～2時／☎	☎診察、神経芽細胞腫ろ紙配布など ☎個人通知をします
	神経芽細胞腫検査	6か月以降	随時	☎6か月になったら早めに受けましょう
	1歳6か月児健康診査	1歳6か月～2歳未満	4・11・18・25日(㉞)㉞午後1時～2時／☎	☎歯科健診、フッ素塗布、診察など ☎個人通知をします
	3歳児健康診査	3歳～4歳未満	3・10・17・24日(㉞)㉞午後1時～2時／☎	
	育児相談 ☎	4歳未満の子どもを持つ親	10・24日(㉞)午前9時～10時30分／☎	☎保健師、栄養士、歯科衛生士による相談、身体測定
	離乳食(前期)講習会	3か月～6か月の子どもを持つ親	9・23日(㉞)㉞午後2時10分～2時30分／☎	☎離乳食をはじめる時期やすすめ方 ☎母子健康手帳
予	離乳食(後期)講習会と歯のはなし	7か月～9か月の子どもを持つ親	7・21日(㉞)㉞午後1時15分～1時40分／☎	☎離乳食から幼児食へのすすめ方と歯の手入れの仕方 ☎母子健康手帳 ☎希望者は受付時間内で身体計測を行います。バスタオル、おむつをご持参ください。
	赤ちゃん訪問	おおむね3か月までの子どもを持つ親	随時	☎保健師が希望に応じてお宅に伺います
接種	ポリオ（小児マヒ）	平成14年7月～12月生まれ	4月～6月／☎	☎母子健康手帳、予診票、保険証 ☎種類ごとに順次個人通知をします ■体調がすぐれないときなどは、受けられない場合があります。 ■対象以前に生まれ、90か月未満で済んでいない子どもがいたらご連絡ください。
	三種混合	初回＝平成14年4月生まれ 追加＝1期初回3回目の接種完了後、1年を経過した子ども	電話予約／指定医療機関	
	麻しん（はしか）	平成14年2月生まれ	電話予約／指定医療機関	
	風しん	平成13年10月生まれ	電話予約／指定医療機関	
予	日本脳炎	初回＝平成12年2月生まれ 追加＝初回2回目の接種完了後おおむね1年を経過した子ども	電話予約／指定医療機関	

名 称 ☎予約制		対 象	とき／ところ ☎保健センター ☎保健所	備 考
検診	基本健康診査 ☎	40歳以上（会社勤めなどの人を除く）	6月～翌年3月／指定医療機関 ☎☎☎☎5月～8月（届かない場合はご連絡を）	☎身体測定、血圧測定、血液検査など（選択項目あり） ☎1000円（70歳以上は無料）
	成人歯科健康診査 ☎	40歳・50歳	7月～翌年1月／指定歯科医療機関 ☎☎☎☎6月	☎500円
	人間ドック（レディースドック） ☎	20歳以上（レディースは30歳以上の女性）	月～金曜日（祝日を除く）の午前中／☎	☎胃部・胸部・腹部・血液検査など59項目（レディースは乳がん・子宮がん検査あり） ☎8000円（レディースは1万円）
	子宮がん検診 ☎	30歳以上の女性	随時／☎または指定医療機関	☎子宮頸部細胞診 ☎1000円（70歳以上は無料）
	乳がん検診 ☎	30歳以上の女性	随時／☎または指定医療機関	☎視触診、マンモグラフィーによるX線撮影（☎のみ） ☎☎⇒1000円、指定医療機関⇒500円（70歳以上は無料）
	胃・大腸・肺がん検診 ☎	40歳以上（会社勤めの人などを除く）	6月～翌年3月／指定医療機関	☎レントゲン（胃・肺）、便潜血反応（大腸） ☎胃⇒2000円、大腸⇒500円、肺⇒500円（70歳以上は無料）
相談	性感染症検査	性感染症に不安を持つ人	火曜日午後3時～4時／☎	☎エイズ・梅毒・クラミジア検査 ☎無料 ☎匿名可
	食生活相談 ☎	生活習慣病予防の食生活について相談したい人	28日(㉞)午前9時～11時／☎	☎管理栄養士による食生活の相談
	保健相談	健康に不安を持つ人	月～金曜日（祝日を除く）午前8時30分～正午、午後1時～5時／☎	☎日常生活や健康づくりに関する相談 ☎電話可
	一般健康相談	健康に不安を持つ人	1・8・15・22日(㉞)午前9時～10時30分／☎	☎結核・生活習慣病などの相談や健康診断 ☎有料
	心の健康相談 ☎	心の健康に不安を持つ人	8・15・22日(㉞)午後1時～3時／☎ 1日(㉞)午後1時～3時／知立市保健センター	☎精神障害、アルコール、ひきこもり、思春期問題などの相談
	歯科相談 ☎	難病患者、精神障害者、障害者（児）など	22日(㉞)午前9時30分～11時／☎	☎虫歯や歯周病などに関する相談
献血	献血にご協力を	16歳～69歳の健康な人（男性45kg以上、女性40kg以上）	<常設ルームのご案内> 刈谷献血ルーム（刈谷市南桜町1-73 O T Aビル4階／J R刈谷駅南／☎〈62〉1333／火曜日休み）	☎200・400ml・成分献血 ☎献血手帳（持っている人のみ）

健康コラム vol. 2

バランスの取れた食事を

主食・主菜・副菜のそろった食事をとることは、栄養をバランスよくとるための基本です。特に赤ちゃんの食事はお母さんの食事によって内容が決まります。市保健センターでは、パパママ教室や離乳食講習会を行っています。一度、自分の食事を見直してみましょう。