

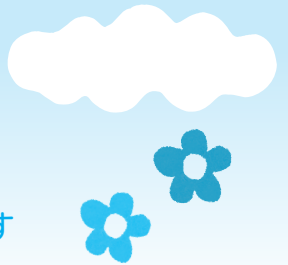


10月

健康ガイド

保健・医療にまつわる情報など、健康づくりに役立つお知らせです

圏健康づくり推進課 TEL43-9271 FAX47-0745



母子保健

	名称	日時・場所	対象・定員・費用	内容・持ち物	申込・備考
健診	先天性股関節脱臼検診 要予約	毎週(水) 12:00~12:20(受付) 総合健診センター	生後90日~120日 600円	母子健康手帳、乳幼児ハンドブック、バスタオル	総合健診センター TEL45-9131
	1歳6か月児健康診査	1日~15日生まれ... 4日(火) 16日~31日生まれ...18日(火) 受付12:00~12:45 総合健診センター	27年3月生まれ		対象者には事前にお知らせします。 総合健診センター TEL45-9131
	3歳児健康診査	1日~15日生まれ...11日(火) 16日~30日生まれ...25日(火) 受付12:00~12:45 総合健診センター	25年4月生まれ		
乳幼児相談	赤ちゃん健康相談	▷7日(金) 10:15~12:00 長者公民館 (受付10:00~10:15) ▷12日(水) 13:15~14:30 根岸公民館 (受付13:00~13:15) ▷26日(水) 13:15~14:30 福祉公民館 (類家四丁目)	4か月~1歳	育児・栄養相談、身長・体重測定 (持ち物:母子健康手帳、乳幼児ハンドブック、バスタオル)	
	よちよち健康相談	13日(木) 12:30~15:00 はちふくプラザねじょう	1歳~2歳ごろ	言葉・行動・情緒などの発達相談、就学に向けた発達相談	
	2~3歳児発達相談のびのびクラス 要予約	20日(木) 9:30~11:30 (初回面接のみ14:00~15:30) はちふくプラザねじょう	概ね2歳~3歳6か月	言葉・行動・情緒などの発達相談、就学に向けた発達相談	
	3~5歳児発達相談あいあいクラス 要予約	13日(木) 12:30~15:00 はちふくプラザねじょう	概ね3歳6か月~就学前	健康づくり推進課 TEL43-9271	
教室	すくすく離乳食教室 要予約	21日(金) 10:30~12:00 福祉公民館(類家四丁目)	3~4か月の赤ちゃんの保護者。25組	講話、離乳食作りの見学・試食(母子健康手帳、筆記用具)	14日(金)までに健康づくり推進課へ TEL43-9271

成人保健

	名称	日時・講師	内容・テーマ	場所・問い合わせ先	
相談	保健師による健康相談	(月)~(金) 10:00~12:00、13:00~16:00 ※10日(月・祝)を除く	成人の健康、妊産婦の心や体や子育てについての相談	健康づくり推進課窓口 TEL43-9184、43-9271	
	栄養士による個人相談	11日(火)、25日(火) 10:00~12:00、13:00~16:00	生活習慣病が気になる人や子どもの食生活についての相談	健康づくり推進課窓口 TEL43-9184	
	こころの健康相談	毎週(水) 13:00~16:00	ストレスや不安、悩みを抱えている人の電話による相談	健康づくり推進課 TEL43-9210(専用電話)	
	精神科医師による精神保健福祉相談 要予約	26日(水)14:30~15:30 ● <small>くまがい あきら</small> 医師熊谷 輝氏	心の病気で悩んでいる人とその家族の相談(精神科・心療内科に通院されていない方が対象です。)	八戸保健所健康増進課 TEL27-5111(内線304)	
講座	元気アップ出前健康講座 (申込不要)				
	歯科医師&歯科衛生士による講座	19日(水) 13:30~15:30 ● <small>やちしのぶ</small> 講師谷地 忍氏、青森県歯科衛生士会三八支部会員	口臭と体臭	柏崎公民館	
	理学療法士編	5日(水) 13:30~15:00 ● <small>いしはしたかつぐ</small> 講師石橋積貞氏	転ばない!つまずかない!体づくり	江陽公民館	
		26日(水) 13:30~15:00 ● <small>かざあなあいら</small> 講師風穴愛貴氏	転ばないための体づくりをしよう!~自宅のできる転倒予防運動~	是川公民館	
市民健康づくり講座	12日(水) 13:30~15:00 ● <small>むかいだやすこ</small> 講師向井田泰子氏	中高年に多い目の病気	はっち		

八戸市医師会ホームページの「健康一口メモ」に、過去の講演内容を掲載しています。

各種予防接種を実施します

固健康づくり推進課 TEL43-9396 FAX43-2329 市ホームページ内で「予防接種」を検索

子どもの予防接種(無料) ※期間を過ぎると有料になります。

名称	対象年齢	標準的な接種期間	接種回数・方法	実施期間・場所	持ち物
B型肝炎の 定期予防接種	28年4月1日以降に生まれた市民で、1歳に至るまでの人(0歳) ※母子感染予防として、出生後に接種した人は対象外	生後2か月～ 生後8か月	3回(27日以上の間隔をおいて2回接種、更に1回目の接種から139日以上の間隔をおいて1回接種)	10/1(土)から通年。 受託医療機関(市ホームページに掲載)	母子健康手帳・予診票(担当課・受託医療機関で配付)
※10/1より前に任意接種した回数分は、当該定期接種を受けたものとみなします。 ※4月から9月中旬に出生した人には、9月下旬以降順次「お知らせ及び予診票」を郵送します。					
二種混合 (ジフテリア・ 破傷風)	市内の小学校6年生で、四種混合または三種混合の第1期予防接種を3～4回接種している人		1回	10/31(月)まで。 受託医療機関(わが家の健康カレンダーまたは市ホームページに掲載)	母子健康手帳・予診票(個別通知に同封しています。)

高齢者定期予防接種

名称	対象年齢	回数・期間	場所	費用・持ち物	免除
高齢者肺炎 球菌ワクチン 予防接種	市に住民登録があり、①②のいずれかに該当する人 ①28年度に、▷65歳▷70歳▷75歳▷80歳▷85歳▷90歳▷95歳▷100歳になる人 ②60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓、呼吸器の機能の障がい、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がい、または一級に相当する人 ※過去に接種したことがある方は対象外	1回 29年3/31(金)まで ※期間を過ぎると対象外	受託医療機関 (わが家の健康カレンダーまたは市ホームページに掲載)	2,000円 ▷健康保険証など(生年月日、住所を確認できるもの) ▷予診票	生活保護世帯、市民税非課税世帯の人は、接種前に健康づくり推進課へ申請すれば免除されます。 ※接種後の払い戻しはしませんので、ご注意ください。
高齢者の インフルエンザ 予防接種	▷満65歳以上の方 ▷満60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓、呼吸器またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に一定の障がいがある方(障害等級一級に相当する方)	期間内に1回 10/20(木)～12/20(火) (受託医療機関の休診日を除く)	受託医療機関 (わが家の健康カレンダーまたは市ホームページに掲載)	1,000円 ▷健康保険証など(生年月日、住所を確認できるもの) ▷予診票(無料の対象になる人)	
接種料金の 免除	●申請受付▷肺炎球菌:受付中▷インフルエンザ:10/3(月)から受付 ●申請場所健康づくり推進課、南郷事務所、市民サービスセンター(代理人でも可能です。健康づくり推進課以外での申請の場合、予診票の受け取りに1週間程度かかります。)				

予防接種受託医療機関の変更 わが家の健康カレンダー掲載の「予防接種受託医療機関」が次のとおり変更になります。

医療機関	変更内容
八木橋外科医院	閉院により一覧から削除
高齢者のインフルエンザ予防接種	
白山台メンタルクリニック	南白山台一丁目10-5 TEL20-0602 新規で追加(予約制)
八戸新井田クリニック	新井田西二丁目 TEL25-7070 予約制(◎)から予約不要(○)へ変更
於本病院	大工町 TEL43-4647 予約制(◎)から予約不要(○)へ変更
古川胃腸科内科医院	内丸三丁目 TEL22-0913 予約不要(○)から予約制(◎)へ変更
奥寺消化器科外科	尻内町字八百刈 TEL27-0555 木曜日の予約時間変更 (変更前) 9:00～12:00、14:00～17:30 (変更後) 9:00～12:00
高齢者肺炎球菌	
ろくごう整形外科 リハビリテーションクリニック	小中野一丁目4-52 TEL71-2200 追加(予約制)