



12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

岡市保健所 健康づくり推進課 (市庁別館2階) ☎43-9271

市保健所 保健予防課 (市庁別館2階) ☎43-2292

母子保健

	名称	日時・場所	対象・定員・費用	内容・持ち物	申込期間	申し込み・備考	
健診	先天性 股関節脱臼検診 <small>要予約</small>	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	●持ち物 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 ☎45-9131	対象者には事前に お知らせします。	
	1歳6か月児 健康診査	28年5月 1日~15日生まれ... 5日(火) 28年5月16日~31日生まれ... 19日(火) 総合健診センター(受付12:00~12:45)					
	3歳児健康診査	26年6月 1日~15日生まれ... 12日(火) 26年6月16日~30日生まれ... 26日(火) 総合健診センター(受付12:00~12:45)					
乳幼児 相談	赤ちゃん健康相談	▷1日(金) 根城公民館 ▷13日(水) 根岸公民館	10:15~12:00 (受付10:00~ 10:15)	4か月~1歳	育児・栄養相談、 身長・体重測定	申込不要 岡健康づくり推進課 ☎43-9271	
	よちよち健康相談	▷27日(水) 福祉公民館 (類家四丁目)	13:15~14:30 (受付13:00~ 13:15)	1歳~2歳ごろ	●持ち物 母子健康 手帳、乳幼児ハンド ブック、バスタオル		
	2~3歳児発達相談 のびのびクラス <small>要予約</small>	21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	おおむね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	7日(木)まで		
	3~5歳児発達相談 あいあいクラス <small>要予約</small>	14日(木) 12:30~15:00 はちふくプラザねじょう	おおむね3歳6か 月~就学前		7日(木)まで		
	療育相談 <small>要予約</small>	21日(木) 10:00~12:00 市庁別館1階 相談・診療室	身体の発育、運動な どに心配のあるお子 さんのための相談	専門医が相談に応じ ます。●持ち物 母子健 康手帳、バスタオル等	14日(木)まで		健康づくり推進課 ☎43-9271
	すくすく離乳食教室 <small>要予約</small>	15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 ●持ち物 母子健康 手帳、筆記用具	14日(木)まで		
その他 相談	不妊専門相談 <small>要予約</small>	9日(土) 13:00~14:00 市庁別館1階 相談・診療室	不妊や不育症で悩 む夫婦等。先着2組	専門医が相談に 応じます。	1日(金)まで	健康づくり推進課 ☎43-2298	
	女性の健康相談 <small>要予約</small>	8日(金) 13:00~16:00 市庁別館1階 相談・診療室	思春期から更年期 の女性	保健師が相談に 応じます。	前日まで	(予約専用電話)	

日曜日に婦人がん検診を実施します

申岡総合健診センター ☎45-9131

多忙な平日をお過ごしの方の女性の方をターゲットとして、日曜日に子宮頸がん検診・乳がん検診を実施します。

	子宮頸がん検診	乳がん検診	
		30~39歳	40歳以上
定員	70人	30人	70人
対象	20歳以上の女性	30歳以上の女性	
検査項目	子宮頸部の内診、細胞診	乳腺超音波	マンモグラフィー
料金	1,000円	年度年齢が偶数の人 1,000円 年度年齢が奇数の人 2,160円	

検診日 30年1月28日(日)
 申込開始 12月5日(火) 8:00~
 ※定員になり次第終了します。

いずれの検診も無料クーポン券使用可



	名称	日時・講師	対象・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) ※29日(金) 除く 10:00～12:00、13:00～16:00	成人・妊産婦の心身の健康、子育てについての相談	健康づくり推進課窓口 ☎43-9184、43-9271
	栄養士による個人相談 👤	12日(火)、26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 ☎43-9184
講座	元気アップ出前健康講座(申込不要) 固健康づくり推進課 ☎43-9184			
	健康運動指導士 & 栄養士編	14日(木)13:30～15:30 エスプロモ(株)健康運動指導士 & 健康づくり推進課栄養士	食事と運動で健康寿命アップ ～家庭で活かせるポイントを知ろう～	瑞豊館
	理学療法士編	6日(水)13:30～15:30 えちご ゆずる 越後 譲	筋力アップで転倒予防	根城公民館
		8日(金)13:30～15:00 まつゆら たくや 松村 拓也	何とかしたい！膝、腰の痛み ～予防、軽減運動を実践しよう～	湊公民館
	市民健康づくり講座	7日(木)14:00～15:30 しかない としき 鹿内 俊樹	呼吸器の病気 知る・治療する・つき合う	はっち
	ひきこもり講演会	3日(日)13:30～15:00 ひかさり たかし 深澤 隆	ひきこもりを理解し、関わるために	はちふくプラザねじょう

その他

	名称	日時・場所	内容・テーマ	申し込み・問い合わせ先
検査	HIV検査 要予約	14日(木)・27日(水)9:00～12:00 市庁別館1階 相談・診療室	HIV検査	保健予防課 ☎43-2294(専用電話)
	肝炎ウイルス検査 要予約	14日(木)13:15～14:00 市庁別館1階 相談・診療室	肝炎ウイルス検査(B型・C型)。 ※総合健診センター、受託医療機関でも受診可 固健康づくり推進課 ☎43-9061	保健予防課 ☎43-2291
相談	精神科医師による精神保健福祉相談 要予約 👤	13日(水)14:30～17:00 市庁別館1階 相談・診療室	心の病気で悩んでいる人とその家族(精神科・心療内科に通院されていない方)	保健予防課☎43-2292 予約は11日(月)までに
	HIV相談 ☎	随時(開庁時間内)	エイズに関する相談	保健予防課 ☎43-2294(専用電話)

予防接種を忘れずに

固保健予防課 ☎43-9396 市ホームページ内で「予防接種」を検索

予防接種は、対象年齢になったら早めに受託医療機関で受けましょう。

対象年齢で接種間隔を守って受ける場合、**接種料金は無料です。**

接種間隔などは、乳幼児ハンドブックまたは市ホームページをご確認ください。

持ち物 母子健康手帳、予診票(保健予防課・受託医療機関で配付)

子どもの予防接種(無料) ※対象年齢、接種間隔から外れると有料になります。

名称	対象年齢(回数)	備考
B型肝炎	1歳に至るまで(3回)	
ヒブ	生後2か月～60か月未満 ①生後2～6か月で接種を開始 (4回) ②生後7～11か月で接種を開始 (3回) ③生後12～60か月で接種を開始 (1回)	
小児用肺炎球菌	生後2か月～60か月未満 ①生後2～6か月で接種を開始 (4回) ②生後7～11か月で接種を開始 (3回) ③生後12～23か月で接種を開始 (2回) ④生後24～60か月で接種を開始 (1回)	
四種混合	1期初回	生後3か月から90か月に至るまで (3回)
	1期追加	生後3か月から90か月に至るまで (1回)
ポリオ	1期初回	生後3か月から90か月に至るまで (3回)
	1期追加	生後3か月から90か月に至るまで (1回)
BCG	生後3か月から1歳に至るまで (1回)	
麻しん・風しん	1期	生後12か月から24か月に至るまで (1回)
	2期	次年度小学校入学予定のお子さん (1回)
みずぼうそう 水痘	生後12か月から36か月に至るまで (2回)	水痘にかかった人は対象外です。
日本脳炎	1期初回	生後36か月から90か月に至るまで (2回)
	1期追加	生後36か月から90か月に至るまで (1回)
	2期	9歳から13歳未満 (1回)

【特例対象者について】 勸奨の差し控えにより接種機会を逃した人は、接種できなかった分を**無料**で受けることができます。詳細は市ホームページをご覧ください。