

11月の健康伝言板



☎健康づくり推進課（袋井保健センター☎42-7275）
（浅羽保健センター☎23-9222）

内 容	対 象	日	所	時	持 ち 物
7か月児相談	H18年3月生	16日(木)	袋井保健センター	受付午前9時～9時30分	母子健康手帳、健診アンケート、メロンキッズ
1歳児相談	H17年10月生 H17年9・10月生	1日(水) 15日(水)	袋井保健センター 浅羽保健センター	受付午前9時～9時30分	母子健康手帳、健診アンケート、メロンキッズ
1歳6か月児健診	H17年4月1日～15日生 4月16日～30日生	2日(木) 17日(金)	袋井保健センター	受付午後1時～1時45分	母子健康手帳、健診アンケート
2歳児相談	H16年10月生	29日(水)	袋井保健センター	受付午前9時～9時30分	母子健康手帳、健診アンケート
2歳6か月児相談	H16年4月生	13日(月)	袋井保健センター	受付午前9時～9時30分	母子健康手帳、健診アンケート
3歳児健診	H15年10月1日～15日生 10月16日～31日生	10日(金) 30日(木)	袋井保健センター	受付午後1時～1時45分	母子健康手帳、健診アンケート、尿
妊婦さんの料理教室		7日(火)	袋井保健センター	受付午前9時15分～9時30分	母子健康手帳、エプロン
母乳相談	要予約	6日(月) 21日(火)	袋井保健センター 浅羽保健センター	受付午前8時45分～11時15分	母子健康手帳、タオル2本
離乳食実習	4～6か月児の保護者 7～10か月児の保護者	14日(火) 22日(水)	浅羽保健センター 袋井保健センター	受付午前9時15分～9時30分	エプロン（お子さんを連れてくる方はオムツやミルク、おぶいひもなど）
すこやかガイド交付	H18年9月生	20日(月) 27日(月)	袋井保健センター 浅羽保健センター	受付午前9時15分～9時30分	母子健康手帳、健診アンケート
でんわ健康相談	どなたでも	月～金曜日 (祝日は休み)	袋井保健センター 浅羽保健センター	受付午前8時30分～午後5時15分	
定例健康相談(母子)	どなたでも	21日(火)	浅羽保健センター	受付午前9時30分～11時	母子健康手帳
定例健康相談(成人)	どなたでも	1日(水)	浅羽保健センター	受付午前9時30分～11時	健康手帳または、健康ファイル
公民館・地区保健室	どなたでも	8日(水) 9日(木) 10日(金) 15日(水) 17日(金) 22日(水) 29日(水)	袋井西公民館 宇刈いきいきセンター 袋井北公民館 三川公民館 高南公民館 浅羽西公民館 浅羽北公民館	午前9時30分～11時30分	健康手帳または、健康ファイル
ポリオ予防接種	生後3か月～7歳6 か月未満	15日(水)・21日 (火)・22日(水) 28日(火)	袋井保健センター 浅羽保健センター	受付午後1時30分～2時15分	予診票、母子健康手帳
歯周疾患検診	40歳以上の方 要予約	11日(土)・12日(日)・ 18日(土)・19日(日) 16日(木)	袋井保健センター 浅羽保健センター	受付午前8時～10時 受付午後1時～2時30分	受診票、検診料金（お持ちの方は老人医療受給者証、無料券）
総合検診	要予約	11日(土)・12日(日)・ 18日(土)・19日(日)	袋井保健センター	受付午前8時～10時	受診票、検診料金（お持ちの方は老人医療受給者証、無料券）

保健センターからのお知らせ

流行する前にインフルエンザ予防接種を受けましょう

～インフルエンザの特徴～

インフルエンザにかかった人が、せきやくしゃみをするによりウイルスが空気中に広がり、それを吸い込むことによって感染します。典型的なインフルエンザの症状は、突然の高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などで、のどの痛み、せき、鼻水などもみられます。普通の風邪に比べて全身症状が強く、重症化することも多いのも特徴です。

～インフルエンザ予防接種の有効性～

インフルエンザ予防接種の有効性は世界的にも認められています。予防接種を受けてからインフルエンザに対する抵抗力がつくまでに2週間程度かかり、その効果が十分に持続する期間は約5か月とされています。より効率的に有効性を高めるためには、毎年インフルエンザが流行する前の12月上旬までに接種しておくことが必要です。

市では、65歳以上の方を対象にインフルエンザ予防接種を行います。インフルエンザ予防接種を受けたい方は、本紙22ページをご覧ください。

☎健康づくり推進課健康指導1係 ☎42-7275