

# 4月

安心と健康をサポートします

# の健康カレンダー



## 乳幼児健康診査

※いずれも市全域を対象に毎月1回実施します。  
 ※すくすくファイル（赤ちゃん手帳）の中の質問票に子どもさんの様子をみながら記入して当日ご持参ください。  
 ※体調やご都合が悪い場合は、ご連絡のうえ、次回お越しください。

事業名（対象）	実施日	受付時間	場 所	持ちもの
4か月児健診 （平成25年11月生まれ）	4月 4日（金）	13：00～13：30	米原げんき ステーション	◇母子健康手帳 ◇質問票 ◇すくすくファイル ◇バスタオル
10か月児健診 （平成25年 6月生まれ）	4月24日（木）	13：00～13：30		
1歳8か月児健診 （平成24年 8月生まれ）	4月15日（火）	13：00～14：00	山東健康 福祉センター	◇母子健康手帳 ◇質問票 ◇すくすくファイル（赤ちゃん手帳） ◇子どもの歯ブラシとコップ
2歳6か月児歯科健診 （平成23年 9月生まれ）	4月17日（木）	9：30～10：30		
3歳6か月児健診 （平成22年 9月生まれ）	4月10日（木）	13：00～14：00	（歯科健診がありませんので、はみがきをしてから、お越しください。）	◇母子健康手帳 ◇質問票 ◇すくすくファイル（赤ちゃん手帳） ◇子どもの歯ブラシとコップ ◇子どもの尿（朝一番の尿を空容器に入れてご持参ください） ◇随カアンケート（健診日までに送付します）



## 予防接種

※BCGは月1回、集団接種を米原げんきステーションで実施します。 ※診察前の体温は会場で測定してください。  
 ※予防接種を受ける前には冊子「予防接種と子どもの健康」を読み、必要性や副反応について理解したうえで接種してください。 ※薬を使用している方は、服薬手帳や薬の説明書など、服薬内容のわかるものを持参してください。

事業名	実施日	受付時間	場 所	持ちもの
BCG （標準では5か月～8か月に至るまで）	4月22日（火）	13:00～13:15	米原げんき ステーション	◇予診票（すくすくファイル（赤ちゃん手帳）に同じ込みのもの） ◇母子健康手帳 ◇体温計 ◇委任状（保護者が同伴できない場合）



## 7か月児もぐもぐ教室

※市全域を対象に毎月1回実施します。  
 ※申込は不要です。  
 （対象月生まれ以外の方は事前に健康づくり課までご連絡ください。）

4月から新しく7か月児教室を始めます。この教室は、7か月のお子さんの体の成長を確認し、成長に合わせた関わりや離乳食の進め方について、お子さんと触れ合ったり、実際の離乳食を見たり触ったりしながら、保健師・管理栄養士と楽しく学びます。対象月生まれの方は、受付時間内にお越しください。

対 象	実施日	受付時間	場 所	持ちもの
平成25年9月生まれ	4月9日（水）	9：30～10：00	米原げんき ステーション	◇母子健康手帳、 すくすくファイル（赤ちゃん手帳）、 バスタオル



## すくすく相談（育児相談）

※受付時間は9:30～11:30です。

実施日	場 所	内 容
4月 2日（水）	近江保健センター	◇育児不安、ストレス等の悩みや、子どもの成長・発達など、育児についての相談をお受けします。 ◇身体計測
4月23日（水）		
4月16日（水）	伊吹保健センター	◇食事・離乳食についての相談は、栄養士がお受けします。 持ち物：母子健康手帳、すくすくファイル（赤ちゃん手帳）、バスタオル（乳幼児の計測用）



## 母と子の強い歯をつくろう運動 -主催：湖北歯科医師会-

※妊娠期とお子さんの1歳から6歳までの誕生月に、  
 歯科健診と衛生指導が無料で受けられます。

事業名	場 所	内 容	持ちもの
妊婦および 1歳～6歳児歯科健診	湖北歯科医師会会員の歯科医院 ※事前にご予約ください。	歯科健診、衛生指導、フッ素 塗布など	◇母子健康手帳 ◇親と子のお口の健康手帳

場所がわからないときは、健康づくり課までお気軽にお問い合わせください。

●健康づくり課	山東庁舎内（長岡）	●米原げんきステーション	米原庁舎 南隣（下多良）
●山東健康福祉センター	ルッチプラザ内（長岡）	●近江保健センター	近江庁舎に併設（顔戸）
●伊吹保健センター	伊吹健康プラザ愛らんど内（春照）		

お問い合わせ 健康福祉部 健康づくり課(山東庁舎) ☎55-8105 ㊚55-2406

## 平成26年度「集団健康診査」の申し込みを受け付けます (申込締切：3月31日(月)まで)

平成26年度のがん検診や39歳以下基本健康診査等の集団健康診査の申し込みを受け付けます。日程や申込方法は、本広報と同時配布の「平成26年度版 健康づくりガイド」をご覧ください。

### 結核レントゲン検診を実施します (65歳以上)

結核レントゲン検診の集団健診を、4月に地域巡回で実施します。(他の健診とは別の日程になります。)

受診料は無料です。詳しくは、本広報と同時配布の「平成26年度版 健康づくりガイド」をご確認の上、お近くの検診会場で受診してください。

※65歳以上の「肺がん検診」は結核レントゲン検診を含んだ検査のため、「肺がん検診」を受診される方は受診できませんのでご注意ください。

【持ち物】 健康保険証  
(住所・氏名・生年月日の確認のため)

結核レントゲン検診受診票  
(健康づくりガイドに付いています。)

【日 程】 「平成26年度版 健康づくりガイド」  
をご覧ください。

### 喫煙について振り返ってみませんか

様々な病気の原因となっている喫煙ですが、禁煙を始めても、「苦しさ」に耐え切れずに断念される方も多いでしょう。健康づくり課では喫煙の振り返りを通じて、なるべく苦しさを感じずにやめる方法をご紹介します。関心のある方は是非ご相談ください。

○相談日 3月19日(水) 13時30分~14時30分

○場 所 山東健康福祉センター(ルッチプラザ内)

※個別相談です。お申込は、前日までに健康づくり課までお電話ください。

### 特定健康診査・がん検診等受診料 高齢者インフルエンザ接種費用の 助成申請はお済みですか？

下記の要件に該当される方については、特定健康診査・がん検診等受診料または高齢者インフルエンザ予防接種費用を助成します。

該当される方は、3月31日(月)までに申請してください。

<申請に必要なもの>

- ・領収書 ・印鑑 ・通帳
- ・保険証 (特定健診受診料助成の場合)

<申請場所>

山東庁舎健康づくり課、または各庁舎自治振興課

#### ◆特定健康診査・がん検診等受診料の助成対象者◆

平成25年4月以降に特定健康診査・市のがん検診等を受けた方で

- ① 市民税非課税世帯に属する方で、平成26年3月31日に70歳から74歳に達する方
- ② 市民税非課税世帯に属する方で、母子世帯等に属する方
- ③ 市民税非課税世帯に属する障がい者の方 (等級不問)
- ④ 生活保護世帯の方

#### ◆高齢者インフルエンザ予防接種費用の助成対象者◆

平成25年10月15日~12月31日までに高齢者インフルエンザ予防接種を受けた方で、生活保護世帯または市民税非課税世帯に属する方

### 子ども予防接種週間 (3月1日~3月7日)

「ワクチンで防ぐことができる病気」から子どもたちを守るため、4月からの入園・入学・進学などに備えて、この機会に必要な予防接種を済ませておきましょう。

お急ぎください!

麻しん風しん混合ワクチンの第2期(年長児相当年齢)の定期接種の期間は3月31日までです。4月以降の接種は有料の任意接種となりますので、ご注意ください!



### 健康教室のお知らせ

参加は自由です  
直接会場に  
お越しください

場 所：湖北医療サポートセンター 「メディサポ」  
(旧長浜保健センター宮司分室)  
(長浜市宮司町1181-2)

時 間：13時30分~15時

#### ①『おいしく食べて、いきいきと暮らす ~歯と口を大切にしましょう~』

◆講 師： 地域包括ケアセンターいぶき  
石黒 幸枝 氏

◆開催日：3月13日(木)

#### ②『住み慣れた自宅で人生の最期を迎えたい ~終末期高齢者の在宅医療を考える~』

◆講 師：長浜米原地域医療支援センター  
今井 享子 氏

◆開催日：4月3日(木)



### 3月の救急医療

一休日に具合が悪くなったとき

休日の内科・小児科の救急医療は、当番制で対応しています。受診の際には、健康保険証・お薬手帳などをお忘れなく。

医療体制		3/2 (日)	3/9 (日)	3/16 (日)	3/21 (金・祝)	3/23 (日)	3/30 (日)
比較的軽症な急病(急病)	医療体制	○	○	○	○	○	○
	長浜米原休日急患診療所 (長浜市宮司町1181-2 ☎65-1525) 受付時間 8時30分~11時30分 12時30分~17時30分						
重症な急病(急病)	子どもの場合	日赤	日赤	日赤	日赤	日赤	日赤
	上記以外	市民	日赤	市民	日赤	市民	日赤
	診療時間 8時~ 翌朝8時						

小児救急電話相談 短縮ダイヤル #8000 ☎077-524-7856

●相談日時 平日・土曜日18時~翌朝8時/日曜日・祝日 9時~翌朝8時

●対象者 県内在住の15歳以下のお子さんとその家族

こどもの救急ホームページ <http://www.kodomo-qq.jp/>

問 市健康づくり課(山東庁舎) ☎ 55-8105 FAX 55-2406