

健康広場の問い合わせ・申込みは、健康推進課までお願いします。

健康推進課 X(旧 Twitter) Instagram

健康推進課 ☎ (93) 4121 FAX (93) 2422



フォローをお願いします！

## 3月の個別予防接種

母子保健班

※契約医療機関への予約が必要です。

ヒブ・小児用肺炎球菌・B型肝炎・ ロタウイルス・4種混合	令和6年1月生まれ
B C G	令和5年10月生まれ
MR (麻しん・風しん)・水痘	令和5年2月生まれ
日本脳炎	令和3年2月生まれ

3月を過ぎても予防接種は受けられます。体調が悪いときは無理せずに、元気になってから接種をしてください。

## かみかみ歯ッピー教室

母子保健班

- 日時** 3月19日(火)  
 ①9:15～10:00 (インスタライブ配信)  
 ②10:15～11:00(教室) ③11:15～12:00(教室)
- 場所** すこやかセンター3階
- 内容** むし歯予防の話、仕上げ磨きの実習
- 対象** 令和5年4・5月生まれの子どもと保護者
- 定員** ②、③各10組程度 ※託児はありません。
- 持ち物** 母子手帳、バスタオル
- 申込み** 電話予約

## もぐもぐごっくん離乳食教室

母子保健班

- 日時** 4月8日(月)  
 ①9:15～10:00 (インスタライブ配信)  
 ②10:15～11:00(教室) ③11:15～12:00(教室)
- 場所** すこやかセンター3階
- 内容** 離乳食の量の確認・進め方、個別相談など
- 対象** 離乳食が2回食になる頃の子どものと保護者
- 定員** 各回10組程度 ※託児はありません。
- 持ち物** 母子手帳、バスタオル、オムツなど
- 申込み** 電話予約

## 小学校・中学校入学前に 予防接種の確認を

母子保健班

定期予防接種は、対象年齢を過ぎると有料となります。年齢を過ぎて終了していない予防接種がある人は、問い合わせてください。

- MR (麻しん風しん混合)  
 年長児 (平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれ)  
 ※小学校入学前の3月31日までに接種してください。
- 日本脳炎2期 9～13歳未満
- 2種混合 11～13歳未満  
 ※3種混合または4種混合が未接種の人は相談してください。

## プレパママ教室(平日コース)

母子保健班

初めてお父さん、お母さんになる人の教室です。妊娠・出産・育児の知識を勉強するだけでなく、お友達をつくる良いチャンスです。

- 日時・内容** 4回で1コース
- ①4月4日(木) 9:30～11:30  
 オリエンテーション、妊娠中の生活、  
 パパ・ママと赤ちゃんのお口の手入れ&栄養
  - ②4月11日(木) 9:30～11:30  
 出産経過と産後の身体の変化、マタニティ食の試食、  
 リラックスしよう!マタニティヨガ
  - ③4月18日(木) 9:30～11:30  
 お風呂の入れ方、おっぱいとミルクの話
  - ④4月25日(木) 9:30～11:30  
 産後の生活
- 場所** すこやかセンター3階
- 対象** 令和6年7・8・9月出産予定の初産婦の人
- 定員** 8組
- 持ち物** 母子手帳
- 費用** 250円(テキスト代)、500円(試食代)
- 申込み** 4月1日(月)までに電話予約



## 3月の健康カレンダー

日(曜日)	行事	受付時間	場所
1日(金)	3歳児健診(令和2年9月生まれ) ※対象者には個別に通知	12:30～13:00	すこやかセンター
4日(月)	健康相談(要予約)	9:30～11:30	
	育児相談(要予約)	13:30～14:30	
5日(火)	1歳6か月児健診(令和4年8月生まれ) ※対象者には個別に通知	12:30～13:00	
		13:00～13:30	
8日(金)	乳児健診(令和5年10月生まれ) ※対象者には個別に通知	12:30～13:00	
		13:00～13:30	
11日(月)	育児相談(要予約)	13:30～14:30	北部コミュニティセンター
12日(火)	2歳児親子歯科健診(令和3年8月生まれ) ※対象者には個別に通知	13:00～13:30	すこやかセンター