

乳幼児健診 (受付時間 13:10～14:00) ※12:00から受付名簿を出し、13:10から順にお呼びします。

健 診 名	対象児の生まれ	と こ ろ ・ と き		持 ち も の
		3 月	4 月	
4か月児健診	平成20年11月	長24日(火) び27日(金)	浅22日(水)	母子健康手帳、質問票
	平成20年12月		浅22日(水) 長27日(月)	
	平成20年12月生まれの浅井地区の健診は、平成21年5月に予定しています。			
10か月児健診	平成20年5月	長17日(火) 浅18日(水)		
	平成20年6月		長21日(火)	
	平成20年5・6月生まれのびわ地区の健診と、6月生まれの浅井地区の健診は平成21年5月に予定しています。			
1歳8か月児健診	平成19年8月1～15日		長17日(金)	母子健康手帳、質問票、 歯ブラシ、コップ
	平成19年8月16～31日		長20日(月)	
2歳8か月児健診	平成18年8月1～15日		長9日(木)	
	平成18年8月16～31日		長10日(金)	
3歳8か月児健診	平成17年8月1～15日		長2日(木)	母子健康手帳、質問票、 歯ブラシ、コップ、尿
	平成17年8月16～31日		長3日(金)	

※4か月児健診・10か月児健診は、居住地域別に会場を指定して実施していますが、指定会場以外の保健センターで受けられる場合は、2日前までに居住地域の保健センターまでご連絡ください。

妊婦・乳幼児相談 (受付時間 9:30～11:00)

と こ ろ	と き	相 談 員
長浜市保健センター	3月26日(木)	保健師、看護師、栄養士、 歯科衛生士など
	4月22日(水)	
浅井保健センター	4月16日(木)	保健師、栄養士
びわ保健センター	4月10日(金)	保健師

※2日前までに健康推進課へお申込みください。

各種乳幼児教室 (受付時間 9:30～11:00)

※各種乳幼児教室は、すべてびわ保健センターで開催します。

事 業 名	対象など	と き
もぐもぐひろば (離乳食教室)	【初期～中期】2回コース 平成20年10月1日～ 11月30日生まれ	4月14日(火) 5月13日(水)
お子さんの月齢にあわせた離乳食・幼児食の調理実習をします。 4月3日までに健康推進課へお申し込みください。		
ちびっこひろば	0歳～就学前までの お子さんと保護者	3月25日(水) 4月8日(水)
身体測定もできます。気軽に遊びに来てください。		

4月の健康教室

「うつ病とうつ状態」

- ▶と き：4月9日(木) 13時30分から
- ▶ところ：六荘公民館
- ▶講 師：松岡俊樹先生(長浜青樹会病院副院長)
- ▶内 容：うつ状態とうつ病の違い
うつ病とはどのような病気か
- 問 湖北医師会(☎743707)

電話でも相談を受付けています！

すくすく赤ちゃん電話
☎65-0800

※市民の方対象
平日：8時30分から17時15分



滋賀県自死遺族の会

「^{なぎ}風の会 おうみ」のご案内

「風の会おうみ」では、家族を自死で亡くした遺族が、悲しみや自責の念、怒りなどの様々な思いを語り合う“分かち合い”をおこなっています。

ご遺族が亡くなった方への想いや今のご自分のお気持ちなどを安心してお話していただける場です。

※自死以外で亡くされた方や、当事者以外の一般の方は分かち合いには入ることはできません。

- ▶と き：毎月第3土曜日※事前申込み不要
14時～15時30分
- ▶ところ：近江八幡市人権センター
(近江八幡市鷹飼町南4丁目)

問 滋賀県精神保健福祉センター
☎077-567-5010

集団予防接種 (受付時間 13:10～14:30) ※12:00から受付名簿を出し、13:10から順にお呼びします。

予防接種名	対象・接種方法	とき・ところ
BCG (結核)	生後3か月から6か月未満 ※接種期間が短いので、三種混合やポリオの予防接種より先に受けましょう。	長3月25日(水) 長4月30日(木)
ポリオ (急性白髄炎)	生後3か月から90か月(7歳6か月)未満 41日以上の間隔をあけて2回服用する。 (春1回・秋1回) ※できるだけ1歳半までにすませるようにしましょう。 ※混乱を避けるため、対象者を地区ごとに分けています。できるだけお住まいの地区の日程で受けてください。	長浜北小学区
		長浜小学区
		浅井地区
		長浜南小学区、びわ地区
		神照小学区
		北郷里、南郷里小学区
		上記の日で受けられなかった お子さん
		長4月7日(火) 長4月13日(月) 長4月23日(木) 長4月24日(金) 長4月28日(火) 長5月8日(金) 長5月11日(月) 長5月14日(木)

【持ちもの】母子健康手帳、体温計、予診票(すこやか手帳内の予診票をお使いください。)

個別予防接種 各医療機関で実施します。【持ちもの】母子健康手帳、保険証

予防接種名	対 象	接 種 方 法
三種混合 (ジフテリア 百日せき 破傷風)	1期(初回、追加)：生 後3か月～90か月(7 歳6か月)未満	ジフテリア・百日せき・破傷風の三種混合ワクチンを 1期初回：20日から56日までの間隔で3回接種(接種間隔を守りましょう。) 1期追加：1期初回の3回目終了後、約1年後に1回接種
二種混合 (ジフテリア 破傷風)	2期：11歳以上13歳 未満(小学6年生の間 に受けましょう。)	ジフテリア・破傷風の二種混合ワクチンを1回接種 (三種混合1期を3回以上受けていない場合は、受け方について医療機関にご相談ください。)
麻しん 風しん	1期：満1歳～2歳未満 2期：平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれ 3期：平成7年4月2日～平成8年4月1日生まれ 4期：平成2年4月2日～平成3年4月1日生まれ	混合ワクチンで、1期～4期 各1回接種 ※今年度2・3・4期の対象の人は、平成21 年3月31日を過ぎると有料になりますの で、ご注意ください。

※予約が必要です。直接医療機関にご予約ください。※料金無料(年齢が対象外の人は実費)
※実施医療機関等詳しくは、『平成20年度長浜市健康づくり日程表』をご覧ください。

健診は毎年受けましょう!!

みなさんは生活習慣病予防のための健診を毎年受けていますか？健康ながはま21では健診を年1回受けている人の増加をめざします。

「めんどくさい」「健康だから大丈夫」「健診で悪い結果だと怖い」と、受けないままにしていると気づかないうちに病気が進行している場合があります。特に糖尿病や高血圧症、脂質異常症をはじめとする生活習慣病は、初期の自覚症状がほとんどなく、そのため気づいたときにはすでに病気が進行していることが少なくありません。



健診は、そんな自覚症状のない病気を早期に発見したり、生活習慣を改善するためのよいチャンスです。

「ずっと現役で働きたい」「子供が大きくなるまで元気でいたい」「畑づくりや旅行を楽しみたい」そんなイキイキとした生活を過ごすには健康が大事ですね。毎年健診を受け、自分のからだを点検しましょう。健診の受け方等詳しくは4月に配布予定の健康づくり日程表でご確認ください。

健診を年1回受けている人の割合 - 長浜市 -

【平成19年度】11.7% ▶ 【平成20年度途中経過】20.5% ◀ 【目標値(平成24年度)】65%に

※数値は長浜市国民健康保険被保険者の健診受診率

自分や家族の健康への関心が高まっています。今年度健診を受けた人は昨年度に比べ約780人増えています。

今年も 今年こそ 健診を受けましょう!