

乳幼児健診

受付時間13時～14時15分 受付開始13時までは並んでお待ちください。

健 診	対象児の生年月日		会場・実施日		持ち物 【共通】母子健康手帳、 質問票
			保健センター 長浜・浅井・ びわ・虎姫地区 (通訳あり)	高月分室 湖北・高月・ 木之本・余呉・ 西浅井地区	
4か月児健診	令和元年7月	1～15日生	11月28日(木)	11月22日(金)	バスタオル
		16～31日生	11月29日(金)		
	令和元年8月	1～15日生	12月25日(水)	12月17日(火)	
		16～31日生	12月26日(木)		
10か月児健診	平成31年1月	1～15日生	11月26日(火)	11月21日(木)	
		16～31日生	11月27日(水)		
	平成31年2月	1～15日生	12月19日(木)	12月16日(月)	
		16～28日生	12月20日(金)		
1歳8か月児健診	平成30年4月	1～15日生	12月11日(水)	12月13日(金)	お子さんの歯ブラシとコップ
		16～30日生	12月12日(木)		
2歳8か月児健診	平成29年4月	1～15日生	12月 9日(月)	12月 3日(火)	お子さんの歯ブラシとコップ ささやき声検査結果票
		16～30日生	12月10日(火)		
3歳8か月児健診	平成28年4月	1～15日生	12月 4日(水)	12月 2日(月)	お子さんの歯ブラシとコップ お子さんの尿(※)
		16～30日生	12月 5日(木)		

☆4か月児健診、10か月児健診では「ブックスタート」の案内をしています。

☆お住まいの地区以外の会場で受診される場合は、2日前までに連絡してください。

※できるだけその日の朝一番の尿を、清潔な容器に入れてお持ちください。

☆健診対象のお子さんに対し、子育て応援アプリ「ながまるキッズ!」で、健診日程等を事前にお知らせするサービスを行っています。ぜひご利用ください。



▲iPhone用



▲Android用

個別予防接種(無料)

○予防接種は計画的にすすめましょう

ヒブ、小児用肺炎球菌、B型肝炎、BCG、四種混合、不活化ポリオ、麻しん・風しん、水痘、日本脳炎、二種混合は、かかりつけ医へ直接ご予約ください。

※詳しくは健康づくり日程表をご覧ください。

【持ち物】母子健康手帳、保険証等住所のわかるもの、委任状(保護者以外が同伴の場合)



そだちっこ広場

受付時間9時30分～11時

○みんなで遊び、話そう(予約不要、計測のみでも可)

妊娠中の心身のこと、おっぱいのこと、お子さんの発育発達、予防接種、歯科、栄養、離乳食、あそびのことなど子育てについて感じていることを皆さんとお話しませんか。専門のスタッフが疑問や不安にお答えします。

【対 象】市内にお住まいの妊婦さん

0歳～就学前のお子さんと保護者

対 象	開催日	通訳	会 場
長浜・浅井・びわ・ 虎姫地区にお住まいの人	12月13日(金)	○	保健 センター
湖北・高月・木之本・ 余呉・西浅井地区に お住まいの人	11月25日(月) 12月18日(水)		高月分室

○離乳食のおはなしタイム(要予約・無料)

そだちっこ広場の中で、月齢に応じた食材の大きさや硬さを見てもらいながら、離乳食の進め方について管理栄養士が説明します。

【と き】受付時間 9時30分～

実演時間10時～11時15分

【対 象】おおむね5～8か月(参加時)のお子さんをもつ保護者

【内 容】離乳食の試食(保護者のみ)とお話

【持ち物】お子さんとお出かけの際に必要なもの

【申込み】開催日の3日前までに電話で健康推進課まで。

ほけん だより

長浜市保健センター(健康推進課)

保健センター高月分室(北部健康推進センター)

小堀町32番地3(ながはまウェルセンター1階)
☎65-7751(子育て、成人の相談)
☎65-7759(保健予防事業について)

高月町渡岸寺160(高月支所西側)
☎85-6420

12月1日は「世界エイズデー」

今年度テーマ: ^{アップデート}UPDATE! ^{エイチアイブイ}HIV/エイズのとなりで ～検査・治療・支援～

エイズは「後天性免疫不全症候群」といい、HIVウイルスに感染しておこる病気です。感染経路は、①性行為による感染②血液を介しての感染③母親から赤ちゃんへの母子感染の3つです。HIVは感染力が弱く、日常生活においては性行為以外で感染することはありません。

近年、エイズの治療法の進歩により、HIV陽性であっても、早期に把握し早期に治療を開始、継続することでエイズの発症を防ぐことができ、社会生活が送れるようになりました。また、治療を継続して体内のウイルス量が減少すれば、他の人への感染リスクが大きく低下することも確認されています。

多くの人がHIV/エイズについて正しく理解し自分の「となり」にある身近なものとして語り合うことは、検査や治療、支援など具体的な行動に繋がります。

また、HIV陽性者やHIV感染を心配する人に社会全体で寄り添うことは、尊厳ある社会づくりに大切なことです。

HIVに感染しているかどうかはHIV検査を受けなければわかりません。検査は保健所で「無料・匿名」で受けることができます(要予約)。

問合せ・申込先

長浜保健所 ☎65-6662

認知症予防ソーシャルウォーキングの参加者募集

問 健康企画課(☎65-7779)

歴史や自然を学びながら歩くソーシャルウォーキングの体験会が開催されます。ソーシャルウォーキングとは、「社会参加&歩行」の造語で、友人とおしゃべりしながら街や自然の中を歩いたりすることで人と関わり、誰でも楽しみながら取り組める認知症予防プログラムです。歩くことは健康寿命の延伸につながります。この機会にみんなで楽しくウォーキングを始めませんか。

【と き】

11月25日(月)9時(受付8時30分)

※雨天決行

【こころ】

セミナー&カルチャーセンター臨湖(港町)

【内 容】

○講演会「社会参加と歩行で認知症を遠ざけよう」

講師 東京都健康長寿医療センター研究所

藤原 佳典 先生

○ソーシャルウォーキング(10時～湖岸4.2km)

※解散後、健康推進アプリBIWA・TEKUの説明会

を行います。関心のある人はスマートフォンを持参

してください。

※事前申込不要

※当日の体調管理、水分補給はご自身でお願いします。

問合せ

セミナー&カルチャーセンター臨湖

☎65-2120

自宅でふるさと納税の目安額が試算できます

問 税務課(☎65-6524)

ふるさと納税を行った場合の寄附金税額控除額の上限の目安額をパソコンやスマートフォンで、試算できます。

また、市県民税の申告書の記入方法や税額の計算が分からなくても、申告書の作成や税額の計算をすることができます。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。



◀市ホームページ