

### 乳幼児健康診査など

●お住まいの地区の会場で受診してください。  
 ●やむを得ず別の会場で受診される場合は、事前にお住まいの地区の市民課（船引地区は保健課）または保健センターに申し込んでから受診してください。

乳幼児健康診査の共通事項 ①会場…各保健センター ②受付…13:00～13:20

#### ① 4カ月児健康診査

日	地区	対象	会場
28 (火)	船引	平成 24 年 4 月生	船引
30 (木)	滝根 大越	平成 24 年 3 月生～ 平成 24 年 4 月生	滝根

●持参物…母子健康手帳・問診票・バスタオル

#### ② 10カ月児健康診査

日	地区	対象	会場
23 (木)	船引	平成 23 年 10 月生	船引
30 (木)	滝根 大越	平成 23 年 9 月生～ 平成 23 年 10 月生	滝根

●持参物…母子健康手帳・問診票・バスタオル

#### ③ 1歳6カ月児健康診査

日	地区	対象	会場
8 (水)	都路 常葉	平成 22 年 12 月生～ 平成 23 年 1 月生	常葉
22 (水)	船引	平成 23 年 1 月生	船引

●持参物…母子健康手帳・問診票

#### ④ 3歳6カ月児健康診査

日	地区	対象	会場
20 (月)	滝根 大越	平成 21 年 1 月生～ 平成 21 年 3 月生	滝根
21 (火)	船引	平成 21 年 2 月生	船引

●持参物…母子健康手帳・問診票

### 育児相談・教室

#### すくすく教室（要予約）

- 日 時 2日(木) 受付…9:30～9:50
- 会 場 船引保健センター
- 対 象 ことばが遅い、落ち着きがない、友達とうまく遊べないなどの悩みがあるかた
- 内 容 親子あそび、医師・心理士などによる相談
- 申込先 保健課 ※気軽にご相談ください。

#### 7カ月児育児相談（予約不要）

- 日 時 29日(水) 受付…13:00～13:20
- 会 場 船引保健センター
- 対 象 平成 24 年 1 月～2 月生
- 持参物 母子手帳・問診票・バスタオル

#### 離乳食教室（要予約）

- 日 時 31日(金) 受付…13:00～13:20
- 会 場 常葉保健センター
- 対 象 離乳食に関心のあるかた
- 持参物 母子手帳・エプロン・おんぶひも
- 申込先 8月24日(金)まで保健課へ



### 保健センター自由開放日など

#### 自由開放・健康相談

地区	日	時間
滝根	6・27 (月)	9:00～16:00
大越	7・21 (火)	10:00～15:00
常葉	3 (金)	9:00～16:00
船引	17・24・31 (金)	

#### 子どもの教室・運動関連

地区	内容	日	時間
大越	あそびの広場	21 (火)	10:00～11:30
	ヘルスアップ教室	7 (火)	13:30～15:00
常葉	ゆめっ子教室	9 (木)	9:30～11:30
	運動教室	3 (金)	13:30～15:00
船引	健康増進広場/リフレッシュ体操	24 (金)	

### 風しんにご注意を！！

昨年から風しんに感染するかたが全国的に増えています。風しんはインフルエンザと同じように飛沫感染する病気です。

●「風しん」ってなに？  
 風しんウイルスが鼻咽頭から侵入し、ウイルスに感染することで発症する病気です。感染から14～21日で発症します。麻疹よりも淡い色の発疹、発熱、首の後ろのリンパ節の腫れなどが主な症状です。せき、鼻水、目が赤くなる（結膜充血）などの症状がみられることもあります。子どもの場合発疹・発熱が3日程度で治ることから「三日はしか」と呼ばれています。また、大人になってかかると重症化する傾向があります。

●特に注意が必要なのはどんな人？  
 妊娠初期に風しん感染すると、風しんウイルスが胎盤を介して胎児に感染し、出生時に白内障、心疾患、難聴などの先天性風しん症候群を発症することがあります。妊娠適齢期のかたで、予防接種歴または風しん既往歴がないかたは、風しん抗体価検査や予防接種について病院へ相談してください。

●風しんかな、と思ったら  
 急な全身性の発疹や発熱などの症状が出たら早めに病院を受診してください。病院を受診する場合には、マスクを着用し、感染を広げないように注意してください。

#### ●●●●● 風しんウイルスへの感染を防ごう ●●●●●

風しんウイルスの飛沫感染（咳やくしゃみ）によって発病します。外出後うがい・手洗いをして、感染を予防しましょう。市では、風しんなどの予防接種を実施しています。定期予防接種の対象になるかたは、早めに接種してください。対象になるかたなど、詳しくは次ページ「予防接種」欄をご覧ください。

風しん以外の予防接種も実施しています。予防接種はお早めに。

### こころとからだの健康相談

#### こころの健康相談（相談無料、秘密厳守）

- 日 時 22日(水) 13:30～15:30
- 会 場 都路保健センター  
※臨床心理士が相談に応じます。
- 申込先 1週間前までに保健課へ

#### 精神障がい者デイケア

- 日 時 29日(水) 10:00～15:00
- 会 場 船引保健センター
- 対 象 在宅で生活する精神障がい者で主治医の了解があるかた

#### AA ミーティング

- 日 時 毎週土曜 13:30～15:00
- 会 場 就業改善センター（船引町）
- 対 象 飲酒をやめたいと願う本人・家族

ひとりで悩まず、まずはご相談を。

#### 障がい者（身体・知的・精神）相談支援

- 方 法 電話・来所による相談
- 時 間 月～金（祝日除く） 8:30～17:15
- 会 場 相談支援田村事業所 ☎85-3888（大越町牧野字塚）
- その他 内容によっては相談員が訪問します。

#### その他の連絡先

- ①福島いのちの電話 ☎024-536-4343（毎日）10:00～22:00
- ②こころの電話健康相談ダイヤル ☎024-535-5560（月～金）※休日除く 9:00～16:00
- ③県中保健福祉事務所 ☎0248-75-7811（月～金）※休日除く 8:30～17:15
- ④福島県精神科救急情報センター ☎0570-055699（毎日）17:30～22:00

次ページにもほけんだよりが続きます

### 8月の休日当番医

変更される場合がありますので  
受診前に確認してください

- 5 (日) 石塚医院 (小野町) ☎72-2161
- 12 (日) 秋元医院 (船引町) ☎82-1514
- 19 (日) 西山医院 (三春町) ☎62-2473
- 26 (日) 清水医院 (船引町) ☎82-3535

診療時間…9:00～18:00

### その他の緊急問い合わせ先

- 郡山市休日・夜間急病センター  
郡山市字上亀田 1-1 (旧国立郡山病院跡)  
☎024-934-5656

区分	診療時間・科目
休日	9:00～17:00 内科・小児科・歯科
	19:00～23:00 内科・小児科
平日	19:00～23:00 内科・小児科

- テレフォンサービス  
「休日・夜間」当番医療機関  
☎024-933-4000

- その他病院に関する問い合わせ  
郡山消防本部通信指令課  
☎024-933-2400

- 福島県子ども救急電話相談  
【受付時間】毎日、午後7時～翌朝8時  
子どもが急病のとき、家庭での対処法について医師、看護師などがアドバイスをします。

- 固定電話プッシュ回線・携帯電話から  
短縮ダイヤル ☎ # 8 0 0 0

- 固定電話アナログ回線などから  
☎024-521-3790