

Health Guide

各種相談、健診、予防接種の問い合わせは、
役場保健福祉課健康づくり担当（☎82-3111内線165、166）へお気軽にどうぞ。

保健だより

◆3月の乳幼児健診

場所：保健センター

名称	期日	受付時間	対象者
6カ月児健診	6日	午後1時～1時20分	平成19年8月生まれ
1歳6カ月児健診	〃	午後零時50分～1時20分	平成18年8月生まれ
3カ月児健診	13日	〃	平成19年11月生まれ
10カ月児健診	〃	〃	平成19年5月生まれ

- 持参する物 母子健康手帳、赤ちゃん手帳、歯ブラシ（10カ月児健診から）、バスタオル
- 今まで該当月に受けていない人は、必ずおいでください。
- ※乳幼児の定期健診時に、対象月齢以外のお子さんの育児相談も行っています。ご希望の方は事前に役場保健福祉課健康づくり担当（内線166）へご連絡ください。

◆3月の各種教室

場所：保健センター

名称	期日	時間	対象者
ひよこ教室	7日	午前10時～正午	言葉や運動の発達などで心配のある幼児

- ひよこ教室に参加を希望する方は、役場保健福祉課健康づくり担当（内線166）へご連絡ください。

◆3月のすくすく広場

期日	場所	時間	対象者
5日	織笠保育園	午前9時半～11時半	町内の幼稚園や保育園に入所していない乳幼児とその親、祖父母
12日	中央コミュニティセンター		

- 参加を希望する方は直接会場へお越しください。
- ▷問い合わせ 子育て支援センター（織笠保育園内☎82-6099）へ。

◆三種混合と麻しん、風しん、BCGの予防接種

実施場所	電話番号	実施場所	電話番号
井上医院	82-2956	近藤医院	82-3328
うらべ内科	82-0123	後藤医院	82-6690

- 予防接種を随時行っておりますので、ご希望の方は各医院の窓口へお申し出ください。

◆3月の精神保健相談

期日	時間	場所	担当嘱託医師
13日	午後1時～	中央コミセン	及川暁さん（宮古山病院）
25日	〃	宮古保健所	三浦正之さん（三陸病院）

- 不眠や不安、認知症が心配など心の健康相談を専門の医師が行っています。ご希望の方は、前日までに役場保健福祉課健康づくり担当（内線166）へお申し込みください。

◆3月のエイズ相談・検査、肝炎検査

期日	受付時間	場所	検査手数料
25日	午前9時～10時	宮古保健所	HIV抗体検査…無料 肝炎ウイルス検査…有料

- エイズに関する相談（随時）とHIV抗体検査、B型・C型肝炎ウイルス検査を行っています。検査は匿名で受けられます。事前に宮古保健所（☎64-2218）へお申し込みください。

家族介護教室を開催

町では、高齢者を抱える家族を対象に介護教室を開催します。教室では、高齢者の介護に関する技術や知識を身に付けるほか、介護する家族の悩みを解消するため、参加者同士の話し合いなども行われます。お気軽にご参加ください。

◆開催内容

回	日時と場所	内容
第1回	2月28日（木） 午後1時半～3時半 中央コミュニティセンター	「高齢者の食事と口腔の清潔」 ・食事の工夫（調理実習） ・誤飲の防止と口腔の清潔（講話） ・介護相談
第2回	3月14日（金） 午後1時半～3時半 保健センター	「認知症を介護する家族のこころ ＝ストレス解消＝」 ・認知症の理解（講話、話し合い） ・介護相談

※いずれか1回のみでの参加もできます。

- ◆対象 高齢者を介護している家族
- ◆持参する物 エプロン（第1回のみ）
- ◆申込期限 2月22日
- ◆申込先・問い合わせ 山田町地域包括支援センター（役場保健福祉課内☎82-3136）へどうぞ。

成分献血にご協力を

冬場は特に血液が不足します。成分献血に皆さんのご協力をお願いします。ご協力いただける方は、2月25日までにご連絡ください。

- ◆日時 2月27日（水）午前9時半～午後3時
- ◆場所 保健センター前
- ※採血時間は40分～1時間程度です。
- ◆連絡先・問い合わせ 役場保健福祉課健康管理担当（内線161）へどうぞ。

◆子育てテレホンサービス ☎82-9582

期間	テーマ
3月3日～9日	中学生・友達付き合いを避ける子供
3月10日～16日	幼児・親と子の信頼感について考える
3月17日～23日	中学生・親子関係について考える
3月24日～31日	小学生・勉強好きにする条件

- 各テーマについて3分程度のテープが流れます。24時間ご利用できますので、お気軽にお電話ください。

◆3月の骨髄ドナー登録

期日	受付時間	場所	備考
25日	午前10時～11時	宮古保健所	—

- 骨髄ドナー登録にご協力いただける方は、前日までに宮古保健所（☎64-2218）へお申し込みください。