

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	5日	午後0時50分～1時20分	平成20年8月生まれ
1歳6カ月児健診	〃	午後1時～1時半	平成19年8月生まれ
3カ月児健診	12日	午後0時50分～1時20分	平成20年11月生まれ
10カ月児健診	〃	〃	平成20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
- 対象者には事前に通知しますが、該当月に受けられなかった場合は他の月でも受診できますので、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に関する育児相談も受け付けています。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	6日	午前9時半～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
4日	中央コミュニティセンター	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
11日	織笠保育園		

- 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。

◆各種予防接種の実施医療機関

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

- 三種混合、二種混合、麻しん風しん混合、BCGの予防接種を随時行っています。ご希望の方は各医院へお申し出ください。

◆3月の精神保健相談、自殺予防相談

名称	期日	時間	場所
精神保健相談	19日	午後1時～	保健センター
〃	24日	〃	宮古保健所
自殺予防相談	〃	午前10時～正午	〃

- ストレスやうつ状態、不眠、認知症など心の悩みに専門の医師や保健師が対応します。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
24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。

アタマジラミにご注意を

近年、小学生以下の子供を中心にアタマジラミの被害が増えています。アタマジラミは人から人へうつりやすく、流行すると家庭や施設単位で一斉に駆除をしなければなりません。



シラミというと不潔というイメージで受け取られがちですが、現在は不衛生なために発生することはほとんどなく、ごく普通に生活していても発生します。

対策は家庭で簡単に行えますので、正しい知識を持って適切に予防や駆除を行いましょ。

■アタマジラミとは？

アタマジラミは人の頭部に寄生し、頭皮から吸血します。重い病気を伝染させたりはしませんが、感染して血を吸われると強いかゆみが起こります。

次のようなことがあった場合、注意が必要です。

- ・毎日頭を洗っていても、頭をかゆがる
- ・頭に2センチくらいの小さな生き物がいる
- ・髪の毛に卵（0.5センチくらいの白いもの）が付いている

■アタマジラミを見つけたら

- ①病院（皮膚科）に行って、アタマジラミかどうか確認しましょう。
 - ②保育園や学校などに知らせましょう。
 - ③髪の毛や頭皮を注意深く観察し、専用のシャンプーやパウダー、くしを使って駆除しましょう。なるべく髪の毛が短い方が、観察や駆除がしやすくなります。
- ※駆除専用のシャンプーやパウダー、くしなどについては、薬局へご相談ください。
- ④衣類や寝具など、体に触れる物の共有は避けましょ。

◆問い合わせ 役場保健福祉課健康づくり担当（内線166）へどうぞ。

◆子育てテレホンサービス ☎82-9582

期間	テーマ
3月2日～8日	小学生・遊びについて考える
3月9日～15日	小学生・健康な体
3月16日～22日	幼児・幼児期とテレビ
3月23日～29日	中学生・飲酒、喫煙をする子供
3月30日～4月5日	入学前・入学を目前にした子供の気持ち

- 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
24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。