

Health Guide

各種相談、健診、予防接種の問い合わせは、町健康子ども課健康づくり係(☎82-3111内線615) へどうぞ。

11月号

保健だより

各種健診・教室などについて、新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況により、延期や中止となる場合がありますので、ご了承ください。

○乳幼児健診

場所：保健センター

名 称	期 日	受 付 時 間	対 象 者
3～4カ月児健診	15日	午後0時50分～1時00分	令和3年7月11日～8月10日生まれ
6～7カ月児健診	15日	午後1時10分～1時20分	令和3年4月11日～5月10日生まれ
9～10カ月児健診	15日	午後1時00分～1時10分	令和3年1月11日～2月10日生まれ
1歳半児健診	17日	午後0時50分～1時00分	令和2年3月21日～4月17日生まれ
4歳半児健康相談	30日	午後1時から	平成29年3月26日～5月10日生まれ

▷持ち物 母子健康手帳、問診票、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、ご連絡ください。
※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ます。
▷4歳半健康相談 身体測定や言葉の検査、栄養指導を行います。受付時間は事前に送付される案内をご確認ください。
◆問い合わせ 町健康子ども課子育て世代包括支援センター(内線604)へどうぞ。

○ハロー赤ちゃん教室

期 日	場 所	時 間	対 象 者	内 容
19日	保健センター2階ホール	午前10時～正午	妊婦とその家族	栄養士による講話とレシピ紹介など

ハロー赤ちゃん教室は、安心して赤ちゃんを迎えるための教室です。ママ・パパになる人のほか、家族の参加も大歓迎です。
▷持ち物 母子健康手帳、飲み物(水分補給のため)
▷申込期限 11月18日
◆申込先・問い合わせ 町健康子ども課子育て世代包括支援センター(内線605)へどうぞ。

○子育てサロン※要予約(午前・午後各6組まで)

開催日	時 間	場 所
毎週木曜日	午前10時～11時半	オランダ島ハウス
金曜日	午後0時半～2時	



子育てサロンは、乳幼児の遊び場であり、保護者や妊婦がホッとできる場です。サロンの様子は、(QRコード)ブログをご確認ください。
◆申込先・問い合わせ 町健康子ども課子育て世代包括支援センター(内線605)へどうぞ。

○健康2倍デー

期 日	場 所	時 間	内 容
11日	保健センター2階ホール	午前10時～11時半	きつかけ運動教室(体操)
18日	まちなか交流センター	午前10時～正午	ちよび塩クッキング教室 ※参加費300円

▷申込期限 各開催日の前日まで
◆申込先・問い合わせ 町健康子ども課健康づくり係(内線615)へ。

○自殺関連こころの相談、精神保健相談

名 称	開 設 日	時 間	場 所
①こころの相談	30日	午前10時～正午	宮古保健所
②精神保健相談		午後1時半～	

「自殺関連こころの相談」では、うつ状態や不眠などでお悩みの人や自死遺族などの相談に保健師が対応します。
「精神保健相談」では、ストレスや不安、いらいらなどの心の悩みに専門の医師が対応します。
▷申込期限 ①11月29日 ②11月26日
◆申込先・問い合わせ 町健康子ども課健康づくり係(内線615)へ。

子宮頸がんを防ぐ

小学校6年生から 予防接種をしよう 高校1年生の間に

「HPV(ヒトパピローマウイルス)」を原因とする子宮頸がんは、ワクチンを接種することで防ぐことができる唯一のがんです。「HPV」は、多くの女性が一生に一度は感染すると言われていて、ほとんどの人は感染しても自然に消滅しますが、一部の人は子宮頸がんを発症する場合があります。

小学校6年生から高校1年生の間にHPVワクチンを接種すると「HPV」が原因の子宮頸がんの発症を5～7割防ぐことができます。対象学年の女の子や保護者の皆さんは、HPVワクチンの接種をぜひ検討してください。

◎HPVワクチン接種は無料です

小学校6年生から高校1年生の女の子は、無料(公費負担)でワクチン接種できます。接種回数は、半年から1年の間に3回です。

◎効果とリスクを確認しましょう

全てのワクチンには効果とリスクがあります。町では、対象者が自らHPVワクチン接種を検討できるよう、ワクチン接種の有効性と安全性に関する情報提供を行っています。詳しくは、お問い合わせいただくか、町ホームページをご覧ください。

○ぴよぴよランド

期 日	場 所	時 間	対 象 者
17日	町中央コミュニティセンター和室	午前10時～11時	3カ月～1歳未満の子どもとその家族

ぴよぴよランドは、1歳未満のお子さんやその保護者同士がゆっくり交流する場です。情報交換や育児相談をして、子育ての不安を解消しましょう。

▷持ち物 バスタオル、おむつ、着替え、飲み物
◆申込先・問い合わせ 山田町地域子育て支援センター(☎070-4394-3329)へどうぞ。

○とことこランド

期 日	場 所	時 間	対 象 者
10日	町中央コミュニティセンター和室	午前10時～11時	幼稚園や保育園に入園していない乳幼児とその家族
24日			

とことこランドは、未就園児親子が交流し、子育ての悩み相談などをする場です。

◆申込先・問い合わせ 山田町地域子育て支援センター(☎070-4394-3329)へどうぞ。

○おでかけ広場

期 日	場 所	時 間	対 象 者
12日	山田町第一保育所	午前10時～11時	未就園児とその家族
1日、8日、15日、22日、25日、29日	町中央コミュニティセンター和室		

おでかけ広場は、未就園児とその家族が交流する場です。
※新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況により、延期や中止場合があります。開催の有無はお問い合わせください。
◆問い合わせ 山田町地域子育て支援センター(☎070-4394-3329)へどうぞ。

