

# 4月の健康カレンダー

※お住まいの地域に関わらず、どの事業でも参加できます。

子育て

事業名	内容など(◎は、母子健康手帳が必要です。)	とき	ところ	おたずね	
出雲地域	子ども家庭相談	臨床心理士による育児の悩みや発達に関する相談 ※要予約	20日(金) 9:30~16:00	いずも子育て支援センター	21-5772
	うきうき音楽遊び	親子で音楽にあわせて身体を動かすことを楽しもう!	19日(木) 11:00~12:00		
	かみかみタイム	対象/生後7、8か月以降の赤ちゃんとその家族(2回食頃)	17日(火)	駅ナカ赤ちゃんルーム(アトネスイずも)	21-1496
	ベビーマッサージ講習会	対象/生後6か月未満の乳児とその保護者 先着15組 ※要予約	16日(月) 10:30~11:30		
平田地域	赤ちゃんのお世話教室	対象/妊娠7~9か月くらいの妊婦さんと家族 参加費500円 6組(応募多数の場合抽選)※1ヶ月前までに要予約	28日(土) 10:00~11:30	市役所本庁 1階キッズルーム	21-6981
	子ども家庭相談	臨床心理士による育児の悩みや発達に関する相談 ※要予約	18日(水) 13:30~15:50	ひらた子育て支援センター	63-3990
	ひらたびよびサロン	親子の交流会 対象/おおむね1歳までの乳児と母	9日(月) 10:00~11:30		
	わいわいルーム	親子の交流会 対象/おおむね2歳までの幼児と母	12日(木) 10:30~11:30		
	リズムであそぼ!	リズムや音楽に合わせて体を動かします。	16日(月) 11:00~11:15		
	おはなし読んで	絵本の読み聞かせ	毎週火曜 11:00~11:15		
	ハッピーたいむ	手遊び・工作など、みんなで楽しめる時間	毎週水曜 11:00~11:30		
	わいわいキッズ	健康運動指導士の指導による親子体操	5日(木)		
	お医者さんと話そう	小児科医による乳幼児の病気と発育に関するミニ講座 テーマ/子どもの発熱	19日(木) 14:00~14:30		
おもちゃの病院	ご家庭にある壊れたおもちゃを直します。	7日(土) 10:00~11:00			
佐田・多伎湖陵地域	ブッチこひろば	保育所で一緒に遊ばしましょう	25日(水) 10:00~11:00	さだ子育て支援センター(須佐保育所)	84-0125
	おはなし広場	対象/0~3歳 絵本の読みみかせとお話で遊ぼう	18日(水) 10:15~10:45		
	すくすく相談日	身体計測、子育て・栄養相談 ◎	20日(金) 9:30~11:00	たき子育て支援センター(多伎こども園)	86-2711
	すくすくハッピー広場	乳幼児の身体計測・誕生会 ◎	13日(金) 9:30~11:30		
	あかちゃんとおかあさんのつどい		27日(金)		
アップルひろば	乳幼児の身体計測・発達相談 ◎	19日(木) 10:00~12:00	こりょう子育て支援センター(ハマナス保育園)	43-2621	
大社地域	まるまるくらぶ(0歳児サークル)	離乳食教室(生後7か月以降の乳児とその保護者)※要予約	10日(火) 10:00~11:30	たいしゃ子育て支援センター	53-2666
		おやこで運動遊び ※要予約	26日(木)		
		おやこでなかよく遊ぼう(親子ふれあい遊び)	13日(金)	大社体育館	
	おやこなかよし教室	おやこでリズム遊び	20日(金)		
		4月生まれの誕生会(4月生まれさんを皆でお祝いしましょう)	27日(金)		
斐川地域	ばんだの会	対象/H26年4月~H28年3月生まれの子どもと保護者	20日(金) 10:00~12:00	ひかわ子育て支援センター(まめなが一番館)	73-7375
	うさぎの会	対象/H28年4月~H29年3月生まれの子どもと保護者	25日(水)		
	ミュージックタイム	親子で音楽にふれながら身体を動かしましょう!	27日(金) 10:30~11:30		

離乳食教室

事業名	内容など	とき	ところ	おたずね・予約先
もぐもぐごっくん ※要予約	対象/4か月健診終了児~7か月頃の赤ちゃんの家族(1回食頃)	23日(月) 13:30~15:30	斐川まめなが一番館	21-6981
わくわく離乳食教室※要予約	対象/7か月~10か月頃の赤ちゃんの家族(2~3回食頃)	17日(火) 10:00~12:00	古志コミュニティセンター 隣保館	
PAKUPAKUらんど ※要予約	対象/10か月頃~1歳6か月頃の子どもと家族(3回食頃)	10日(火)		

※参加費100円、先着15名、託児も可能です。

☎: 市役所

健康相談

事業名・内容など	とき	ところ	おたずね・予約先	
妊婦・乳幼児健康相談 ※対象/妊婦・就学前の乳幼児および保護者 ※母子健康手帳をお持ちください。	4日(水)・11日(水) 18日(水)・25日(水)	9:30~11:00	いずも子育て支援センター	21-5772
	11日(水)	10:00~10:30	湖陵コミュニティセンター	43-1215
	19日(木)・24日(火)	10:00~11:00	斐川まめなが一番館	73-9112
	24日(火)	10:00~11:00	☎大社支所(旧大社健康福祉センター)	53-3116
	25日(水)	9:30~10:30	ひらた子育て支援センター	63-5780
すこやかライフ健康相談 ※要予約 ※食生活や運動について「何かよい工夫はないかな」「お腹まわりの脂肪を落としたい」「血圧が高めと言われた」など、気になることがあればご相談ください。	9日(月)	9:30~16:00	斐川まめなが一番館	73-9112
	12日(木)	9:00~16:00	☎大社支所(旧大社健康福祉センター)	53-3116
	17日(火)	9:00~12:00	☎湖陵支所 相談室	43-1215
	20日(金)	9:00~16:00	☎平田支所 相談室	63-5780
	23日(月)	9:00~12:00	☎多伎支所 相談室	86-3116
	24日(火)	9:00~16:30	☎本庁 相談室	21-6979
心の健康相談 ※要予約 ※お住まいの地域以外の会場でもご利用いただけます。	4日(水)・18日(水)	13:00~14:30	出雲保健所	21-1653
	5日(木)	13:30~16:00	☎大社支所(旧大社健康福祉センター)	53-3116
	10日(火)		斐川まめなが一番館	73-9112
	17日(火)		☎多伎支所 相談室	86-3116
	18日(水)		☎湖陵支所 相談室	43-1215
	19日(木)		☎平田支所 相談室	63-5780
27日(金)	☎佐田支所 相談室		84-0118	
酒害相談・家族交流会 ※要予約	11日(水)	9:00~11:00	出雲保健所	21-1653

~乳幼児健診~  
4か月児健診、1歳6か月児健診対象の方には個別に通知をしています。  
3歳児健診は、H27.1月生以降の方から、対象月齢を3歳4か月に変更するため、平成30年2月~5月は実施しません。対象月になりましたら個別に通知します。

# 特定B型肝炎ウイルス 感染者給付金等の支給のお知らせ

昭和23年7月1日から昭和63年1月27日までの間、満7歳になるまでに集団予防接種等の注射器連続使用でB型肝炎ウイルスに感染した方は、給付金等が支給される場合があります。

給付金対象者は以下の4つの条件を満たす方です。

- ① B型肝炎ウイルスに持続感染している方
- ② 満7歳になるまでに集団予防接種を受けた方
- ③ 昭和23年7月1日から昭和63年1月27日までの間に集団予防接種を受けた方
- ④ 集団予防接種以外の感染経路(母子感染・輸血等)がない方

※給付金対象者から母子(父子)感染している方や、給付金対象者の相続人も対象となります。

給付金を受け取るためには、上記の要件を満たしていることと、病態を証明するため、医療機関などから必要な資料を収集していただき、国を相手とした訴訟を提起する必要があります。

詳しくは、厚生労働省ホームページの「B型肝炎訴訟について」をご参照ください。  
また、相談窓口も設置しておりますので、必要に応じてご連絡ください。  
おたずね/厚生労働省 電話相談窓口 ☎03-3595-2252(年末年始を除く平日9:00~17:00)

## 薬物乱用を防止しましょう！ 「ダメ。ゼッタイ」

薬物乱用とは、本来は、病気などの治療に使用する医薬品を医療目的以外で使用したり、医薬品でない薬物を不正に使用したりすることをいいます。1回使用しただけでも乱用にあたります。

好奇心や面白半分で薬物に手を出してしまったら、やめられなくなるから、絶対にダメだよ!!  
「NO」と言える勇気を持とう!



### 乱用される危険のある主な薬物

覚せい剤	大麻	MDMA	コカイン	危険ドラッグ
幻覚や妄想が現れ使用をやめても、フラッシュバックすることがある。大量に摂取すると死に至る。	知覚が過敏になり幻覚や妄想に襲われることがある。乱用を続けると、学習能力の低下や記憶障害を起こす。	主に錠剤の形で密売される。俗にエクスタシーと呼ばれ、使用を続けると錯乱状態におちいる。	幻覚や妄想が現れるが効果が約30分と短い為、乱用を繰り返すことになる。乱用を続けると呼吸困難におちいり、死に至る。	意識障害、嘔吐、痙攣を引き起こし、死に至ることもある。合法と称して販売されているが絶対に使用しない。

### 乱用薬物に「ノー」と言える勇気を持ちましょう!

「みんなやってるよー」「ちょっとだけ試してみない？」  
「やせられるよー」「お金なんかいらぬよー」「すっきりするよー」

こんな言葉に注意!!

おたずね/健康増進課 ☎21-6829