

8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	とき	ところ	内容など(●は、母子健康手帳が必要です。)	おたずね
出雲地域	こども家庭相談	2日(金) 9:30~16:00	いずも子育て支援センター	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	21-5772
	うきうき音楽遊び	27日(火) 11:00~12:00		親子で音楽にあわせて身体を動かすことを楽しもう! 対象/生後7、8か月以降の赤ちゃんとその家族(2回食頃)	
	かみかみタイム	20日(火)	駅ナカ赤ちゃんルーム	対象/母親ほか 先着4組 ※要予約 ●	21-1496
	おっぱい相談	8日(木) 10:00~12:00		対象/6か月までの乳児とその保護者 先着10組 ※要予約	
	ベビーマッサージ講習会	5日(月) 10:30~11:30			
	わくわく音楽あそび	21日(水) 10:30~11:30		さんびーの広場 音楽に親しみ親子で自由に表現しよう!	
赤ちゃんのお世話教室	24日(土) 13:30~15:00	市役所本庁1階キッズルーム	対象/妊娠6~9か月くらいの妊婦さんとその家族 参加費500円 ※要予約	21-6981	
平田地域	こども家庭相談	21日(水) 13:30~15:50	ひらた子育て支援センター	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	63-3990
	ひらたびよびサロン	5日(月) 10:00~11:30		歯のおはなし 対象/おおむね1歳までの乳児と母	
	わいわいキッズ	1日(木) 11:15~11:45		健康運動指導士の指導による親子体操	
	お医者さんと話そう	22日(木) 14:00~14:30		小児科医による乳幼児の病気と発達に関するミニ講座 8月のテーマ/けいれん	
	リズムであそぼ!	19日(月) 10:30~11:30		音楽療法士の指導でリズムや音楽に合わせて体を動かします	
佐田・多伎・湖陵地域	プチっこひろば	1日(木) 9:30~11:00	さだ子育て支援センター(須佐保育所)	水遊びを楽しみましょう。	84-0125
	すくすく相談日	27日(火)		身体計測、子育て・栄養相談 ●	
	おはなし広場	7日(水) 10:15~10:45		対象/0~3歳 絵本の読み聞かせとお話で遊ぼう。	
	おおきくなったね	9日(金) 9:30~11:30	たき子育て支援センター(たき保育園)	乳幼児の身体測定及び誕生会	86-2711
	あかちゃんとおかあさんのつどい	23日(金)		乳幼児の身体測定及び発達相談	
	アップルひろば	22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)	乳幼児の身体計測・発達相談 ●	43-2621
ハッピータイム(音楽遊び)	29日(木) 10:30~11:30	音楽療法士の指導のもと、親子で楽しく体を動かしましょう!			
大社地域	まるまるくらぶ(0歳児サークル)	20日(火) 10:00~11:30	たいしゃ子育て支援センター	離乳食教室 ※要予約	53-2666
		30日(金)		絵本の読み聞かせとわらべうた遊び	
		2日(金)		おはなしわくわくタイム(絵本の読み聞かせ)	
	おやこなかよし教室	9日(金) 23日(金)		水遊び 8月生まれの誕生会・水遊び	
斐川地域	ミュージックタイム	30日(金) 10:30~11:30	ひかわ子育て支援センター	親子で音楽に触れながら、身体を動かしましょう。	73-7375
	ミニまめっこルーム	19日(月) 10:00~12:00	阿宮コミュニティセンター	スタッフが会場に出かけ、遊びの広場を開設します。	

☐: 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・就学前の乳幼児及び保護者 ※母子健康手帳を持ってきてください。	7日(水)・21日(水) 28日(水)	9:30~11:00	いずも子育て支援センター
	28日(水)	9:30~10:30	ひらた子育て支援センター
	7日(水)	10:00~10:30	湖陵保健福祉センター
	27日(火)	10:00~11:00	大社健康福祉センター
	27日(火)	9:30~11:00	斐川まめなが一番館
すこやかライフ健康相談 ※要予約 ※専門職の配置により、会場や時間帯によってはお受けできない相談内容がありますので、まずはお問い合わせください。	27日(火)	9:00~16:30	☐ 本庁
	23日(金)	9:00~16:00	☐ 平田支所 相談室
	1日(木)	9:00~12:00	☐ 佐田支所 相談室
	26日(月)		☐ 多伎支所 相談室
	20日(火)		湖陵保健福祉センター
	8日(木)	9:00~16:00	大社健康福祉センター
	12日(月)		斐川まめなが一番館
心の健康相談 ※要予約	7日(水)・21日(水)	13:00~14:30	出雲保健所
	13日(火)	13:30~16:00	☐ 平田支所 相談室
	27日(火)		☐ 佐田支所 相談室
	20日(火)		多伎コミュニティセンター
	21日(水)		湖陵保健福祉センター
	1日(木)		大社健康福祉センター
6日(火)	斐川まめなが一番館		
酒害相談・家族交流会	※要予約	14日(水) 9:00~11:00	出雲保健所

事業名	内容など	とき		ところ	おたずね 予約先
もくもくごっくん ※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)	26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)	20日(火)	10:00～12:00	古志コミュニティセンター	
PAKUPAKUらんど ※要予約	対象/10か月頃～1歳6か月頃の子どもとその家族 (3回食頃)	6日(火)	10:00～12:00	隣保館	

※参加費100円、先着15名、託児も可能です。

～ポリオ予防接種～

生ポリオワクチンは、平成24年9月から不活化ポリオワクチン接種(注射)で市内の医療機関で接種する方法に変更となりました。

～日本脳炎の予防接種～ 日本脳炎予防接種は、平成17年から平成21年の間接種勧奨を中断したことにより、接種機会を逃した平成7年4月2日以降生まれの方(7歳6か月～20歳未満)は、未接種分が接種できるようになりました。

～BCG接種～

BCG接種は平成25年度から、接種期間が満3か月～満1歳未満までに変更になりました。満1歳未満であれば、平成24年度生まれの方も対象となります。

～乳幼児健診～ 次の乳幼児健診は郵送で案内します⇒4か月児健診【H25年3月生まれ】
1歳6か月児健診【H24年1月生まれ】 3歳児健診【H22年7月生まれ】

～高齢者肝炎球菌ワクチン接種～

70歳以上(昭和19年4月1日以前生まれ)の方が対象です。申し込みが必要です。

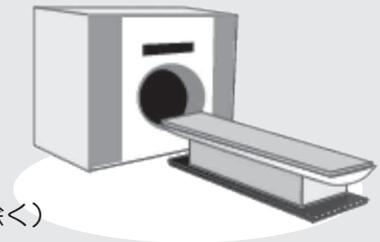
左のワクチンの接種が完了していない方は、かかりつけ医にご相談いただくか、健康増進課までご連絡ください。

健康増進課
☎ 21-6829

あなたの脳は健康ですか？

～出雲市国保加入者を対象に脳ドックを実施～

市では、出雲市国民健康保険加入者を対象に、脳ドックを実施します。脳ドックは、脳の血管の状態などを診ることで、脳梗塞など脳疾患の予防や早期発見・治療に役立ちます。生活習慣病のある方、ご家族の中に脳梗塞になったことがある方などに特に受診をお勧めします。



◆実施期間／8月下旬～平成26年3月までの水曜日午後(年末年始を除く)

◆対象者／出雲市国民健康保険加入者のうち、40歳～69歳の希望者
(平成26年3月31日現在の年齢)

※ペースメーカー、心臓人工弁、脳動脈クリップ、埋込式人工内耳を体内に入れている方は受診できません。

◆内 容

検査場所	検査内容	個人負担金	定員
総合医療センター (灘分町613番地)	MRI 身体測定 血圧測定等	7,000円 住民税非課税世帯の方は、 無料になります。 当日受付で申請が必要です。	120人 応募多数の場合は抽選で受診者を決定 します。(市が実施する脳ドックを平成 23年度以降受診していない方を優先)

◆申込期限／8月9日(金)必着

◆申込方法／ハガキに郵便番号、住所、氏名、フリガナ、性別、生年月日、電話番号を記入し、健康増進課「脳ドック」係(〒693-8530住所不要)まで

◆おたずね／健康増進課 (☎21-6976)