

9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	5日(金)・19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 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9か月以降の赤ちゃんとその家族(3回食頃)	21-5772
	うきうき音楽遊び	18日(木)	11:00~12:00		
	かみかみタイム	16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	22日(月)		10:00~12:00	
	保健師さんと話そう	4日(木)		10:30~11:30	
	わくわく音楽あそび	17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!	24-9872
	赤ちゃんのお世話教室	27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 先着6組	21-6981
平田地域	こども家庭相談	17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 親子の交流会 対象/おおむね1歳までの乳児と母 親子の交流会 対象/おおむね2歳までの乳児と母 絵本の読み聞かせ 手遊び・工作など、みんなで楽しめる時間 健康運動指導士の指導による親子体操 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/水痘	63-3990
	ひらたびよびサロン	1日(月)	10:00~11:30		
	わいわいルーム	18日(木)	10:30~11:30		
	おはなし読んで	毎週火曜	11:00~11:15		
	ハッピーたいむ	毎週水曜	11:00~11:30		
	わいわいキッズ	4日(木)			
	お医者さんと話そう	18日(木)	14:00~14:30		
	リズムであそぼ!	8日(月)	10:30~11:30		
おもちゃの病院	13日(土)	10:00~11:00	壊れたおもちゃを直します		
佐田・多伎・湖陵地域	プチっこひろば	4日(木)	10:00~11:00	さだ子育て支援センター(須佐保育所) 栄養士による簡単ホットプレートおやつ作り ※準備する物:エプロン・三角巾・マスク・水筒・おしぼり 身体計測、子育て・栄養相談 ●	84-0125
	すくすく相談日	17日(水)	9:30~11:30		
	おはなし広場	10日(水)	10:15~10:45	たき子育て支援センター(たき保育園) 乳幼児の身体測定・誕生会 ●	86-2711
	すくすくハッピー広場	12日(金)			
	あかちゃんとおかあさんのつどい	19日(金)	9:30~11:30		
アップルひろば	18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	
大社地域	まるまるくらぶ(0歳児サークル)	10日(水)	10:00~11:30	たいしゃ子育て支援センター 乳幼児の事故予防講座 子育てサポーター自主企画講座(子育てサークル交流会) ※要予約 おはなしわくわくタイム(絵本の読み聞かせ) 大型遊具で遊ぼう 誕生会(9月生まれさんを皆でお祝いしましょう) おやこでリズムあそび	53-2666
		30日(火)			
		5日(金)			
	おやこなかよし教室	12日(金)			
		19日(金)			
斐川地域	子育て講座「くすりのお話」	10日(水)	10:00~11:30	ひかわ子育て支援センター(斐川まめなが一番館) 薬剤師による「くすり」についてのミニ講座 対象/ふたごちゃん・みつごちゃんの親子 親子で音楽に触れながら、身体を動かしましょう。	73-7375
	ふたごちゃん・みつごちゃんの会	16日(火)	14:00~16:00		
	ミュージックタイム	26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)	22日(月)	13:30~15:30	斐川まめなが一番館
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)	16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)	2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。

〔 〕: 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。	3日(水)・10日(水) 17日(水)・24日(水)	9:30~11:00	いずも子育て支援センター
	24日(水)	9:30~10:30	ひらた子育て支援センター
	10日(水)	10:00~10:30	湖陵保健福祉センター
	24日(水)	10:00~11:00	大社健康福祉センター
	30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。	30日(火)	9:00~16:30	〔 〕本庁
	19日(金)	9:00~16:00	〔 〕平田支所 相談室
	4日(木)	9:00~12:00	〔 〕佐田支所 相談室
	29日(月)		〔 〕多伎支所 相談室
	16日(火)		湖陵保健福祉センター
	11日(木)	9:30~16:00	大社健康福祉センター
	8日(月)		斐川まめなが一番館
心の健康相談 ※要予約 ※お住まいの地域以外の場所でもご利用いただけます。	3日(水)・17日(水)	13:00~14:30	出雲保健所
	18日(木)	13:30~16:00	〔 〕平田支所 相談室
	30日(火)		〔 〕佐田支所 相談室
	16日(火)		〔 〕多伎支所 相談室
	17日(水)		湖陵保健福祉センター
	4日(木)		大社健康福祉センター
9日(火)	斐川まめなが一番館		
酒害相談・家族交流会 ※要予約	10日(水)	9:00~11:00	出雲保健所

～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【H26年4月生まれ】 1歳6か月児健診【H25年2月生まれ】 3歳児健診【H23年8月生まれ】

予 防 接 種

予防接種で免疫をつけ、感染症にかからないよう予防しましょう。出雲市で行う予防接種は、全て個別接種です。

子どもの予防接種は接種の期間や回数、間隔が定められています。母子健康手帳、予防接種手帳をご確認ください。

・ **子どもの予防接種（定期接種）※無料（医療機関に事前に予約が必要です。）**

お知らせ

三種混合ワクチンが、平成26年秋頃から製造中止となります。

4回の接種がまだの人は、早めに接種しましょう。詳しくは健康増進課またはかかりつけ医に相談しましょう。

・ **高齢者肺炎球菌予防接種 ※個人負担金5,000円**

対象：年度末に満70歳以上（昭和20年4月1日以前生まれ）の方
（市役所、医療機関への事前申込により、接種券を発行します。接種期限は
9月30日（火）ですので、お早目に申込みください。）

予防接種については、
健康増進課まで
おたずねください。
☎ 21-6829

◇胃がん血液検診・前立腺がん検診を実施します◇



	胃がん血液検診	前立腺がん検診
対象者	出雲市に住所のある40歳以上の方 （昭和50年4月1日以前生まれの方） ※次の方は受診できません ・ 胃切除、腎不全、消化性潰瘍などを 治療中の方 ・ ヘリコバクター・ピロリ菌除去中 （または除菌後1年以内）の方	平成27年3月31日時点の満年齢が次に該当する出雲市 に住所のある男性 （ 満50歳 昭和39年4月2日～昭和40年4月1日生まれ 満55歳 昭和34年4月2日～昭和35年4月1日生まれ 満60歳 昭和29年4月2日～昭和30年4月1日生まれ 満65歳 昭和24年4月2日～昭和25年4月1日生まれ
実施期間	10月1日（水）～ 11月29日（土）	10月1日（水）～ 11月29日（土）
検査内容	採 血 胃がんの高危険群である胃粘膜の 萎縮やヘリコバクター・ピロリ菌感 染の有無を検査します。	採 血 P S A（前立腺特異抗原）測定をします。
料 金	610円（ただし、住民税非課税世帯と 生活保護世帯、70歳以上の方は無 料） ※住民税非課税世帯と生活保護世 帯の方は、当日受付で申請が必要 です。	610円（ただし、住民税非課税世帯と生活保護世帯の方 は無料） ※住民税非課税世帯と生活保護世帯の方は、当日受付 で申請が必要です。

● 申込方法：ハガキの裏面に①検診名（『胃がん血液検診』または『前立腺がん検診』）②希望検査機関（『出雲市立総合医療センター』または『ヘルスサイエンスセンター島根』）③郵便番号④住所⑤氏名（フリガナ）⑥性別⑦生年月日⑧電話番号を記入し、健康増進課「がん検診」係（〒693-8530 住所不要）まで

● 申込期限：9月10日（水）必着

※決定通知は9月下旬にお送りします。1枚のハガキで両方の検診を申し込むこともできます。

【がん検診に関するおたずね】健康増進課 ☎ 21-6976