

麻しん（はしか）風しん 混合予防接種を受けましょう！

お子さんが生まれたときにお渡しした育児ノートに接種券が入っていますので、ご確認ください。

転入などにより接種券がない方は、母子健康手帳を持って、保健センターまたは保健推進課川之江・土居窓口へお越しください。

■対象者

○第1期：1歳児

接種期限：2歳の誕生日前日まで

○第2期：平成28年4月2日～平成29年4月1日
生まれのお子さん

接種期限：令和5年3月31日まで

■接種場所 委託医療機関（市ホームページに掲載）

※委託医療機関は変更になる場合があります

※県外での接種をご希望の方は、事前に申

請が必要ですので、お問い合わせください

■費用 無料

※期限を過ぎると全額自己負担になります

■持参品 予診票、接種券、母子健康手帳

■問い合わせ先 保健センター 28-6054



乳幼児健診

～子どもの健やかな発育のために～

保健センターでは、4か月児健診・1歳6か月児健診・3歳児健診を行っています。健診対象者には個別に案内文をお送りします。お子さんの成長・発達を確認するための大切な健診ですので、対象月になりましたら母子健康手帳と問診票をご持参のうえ、忘れずお越しください。

日程や注意事項など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

■問い合わせ先 保健センター 28-6054



日本脳炎予防接種券の勧奨を再開します

令和3年1月、日本脳炎ワクチンの一時製造停止に伴い、全国的に供給量が減少したため、本市では「日本脳炎第2期接種券」の送付を見合わせていました。この度、厚生労働省から日本脳炎ワクチンの継続的な供給が見込まれるとの通知があったことから、国の計画に基づき、令和4年4月から順次、日本脳炎予防接種券を送付します。

■問い合わせ先 保健センター 28-6054

新型コロナウイルス感染症感染拡大防止へのご協力をお願いします

(1) 正しくマスクをつけましょう。

日常生活に定着してきたマスクですが、感染予防のためには正しく着用することが重要です。使い捨ての不織布マスク（または同等品）の上端を鼻と頬に密着させ、鼻と口を完全に覆います。鼻出しマスクやあごマスクでは効果がありません。また、マスクの表面は触らないようにしましょう。

(2) こまめな換気を徹底しましょう。

換気は1時間に2回以上、数分間しっかりと行うことが重要です。

(3) 食事の際は、会話を控えましょう。

会話を控え、静かに食べる「黙食（もくしょく）」により、飛沫感染を抑えることができます。



ワクチン接種後も引き続き感染対策にご協力ください!!

なお、これまでと同様に手洗い・うがいなどの一次予防をしっかりと行ったうえで、「マスクの正しい着用、部屋のこまめな換気、静かに食事をする」といったことを心がけ、改めて「感染しない、感染させない」という意識を持って、感染拡大の防止に努めて頂きますよう、市民の皆さま一人ひとりのご協力をお願いします。

マスクを着けられない人への理解と配慮について

新型コロナウイルス感染症対策として、日常生活の中でマスクを着用することが生活様式の一つとなっていますが、発達障がい、感覚過敏、皮膚の病気、呼吸器の疾患など、さまざまな理由によりマスク着用が困難な方がいます。そのような方々がマスクを着用していないという理由で、社会参加の機会を奪われたり、周囲から厳しい視線を向けられたり、心無い批判を受けることがあります。

マスクが着けられないということは、見た目では分かりません。マスク着用が当たり前となった今、マスクを着けていない方を見かけたら「何か事情があるのかもしれない」と想像し、その特性や事情の理解に努めるなど、お互いが思いやりの心を持って過ごすことができる、優しい社会にしていきたいと思います。



♪育児相談・妊婦相談（無料）

日時	場所
4/12（火）13：30～15：00	保健センター
5/10（火）13：30～15：00	保健センター
5/17（火）10：00～11：30	土居こども館

※上記以外でも随時行っていますので、お気軽にご相談ください

■問い合わせ先 保健センター 28-6054

♪離乳食セミナー（予約制・無料）

簡単、便利、すばやくできる！基本を学びましょう。

■とき 4/22（金）9：30～11：30

■内容 離乳食の進め方や工夫の話、初期の調理実習

■対象 生後5～6か月のお子さんの保護者

■定員 10名

■持参品 母子健康手帳、筆記用具、エプロン、三角巾、手拭きタオル

■申込期限 4/18（月）まで

■ところ・申し込み先 保健センター 28-6054

♪からだところの健康相談（予約制・無料）

身体と心の健康について、相談はありますか？

■とき 4/12（火）、5/24（火）9：00～11：00

■内容 健康相談、血圧測定、体脂肪測定、血管年齢測定など

■ところ・申し込み先 保健センター 28-6054

急病などで困った時は！

○テレガイド（休日・夜間救急当番医など）

23-5990

消防署につながります。自動音声でその日の夜間救急病院の病院名と電話番号、また急患医療センターの電話番号を教えてください。

○病院案内

28-9119

消防署につながります。担当者が症状などを聞いてどこの病院へ行けばよいか案内します。

○小児救急医療電話相談

089-913-2777 または # 8000（携帯・プッシュ回線）

医師や看護師などが家庭での応急対処の方法や医療機関受診について教えてください。

◎急患医療センター（内科・小児科）

56-1913 妻鳥町1501-1（妻鳥小学校西側）

【診療時間】月曜日～土曜日 19：30～22：30

（日曜日・祝日は休診）

※急患医療センターの診療は、宇摩医師会の有志の先生方のご協力により実施しています

休日や夜間の救急外来は、翌日かかりつけの医療機関を受診して頂くまでの一時的な対症療法や応急処置等を行うためのものです。

全ての診療科に応じた専門治療に対応できるものではなく、症状によっては他の医療機関もしくは高次医療機関をご紹介させて頂くこともあります。

※発熱等の症状がある場合は、来院前に電話にてご相談ください

★健康ガイド

健やかでいきいきと暮らせるために



♪食生活改善推進員養成講座（予約制）

食を通じた健康づくりについて学んでみませんか！

■とき 5/13（金）9：30～13：00

※5月から令和5年2月までの毎月1回（全10回）

■内容 栄養の基礎知識、調理の基本、食品成分表の使い方など

※毎回、健康づくりや食生活についての講義と調理実習があります

■定員 20名

■持参品 エプロン、三角巾、手拭きタオル、ふきん2枚、筆記用具

■申込期限 4/28（木）まで

■参加費 1回300円（調理実習費）

※別途成分表冊子代が必要です

■ところ・申し込み先

保健センター 28-6054



休日当番医 診療時間 9：00～18：00

※都合により変更する場合があります

月日	東部	西部
4/3	井上整形外科 24-2171（三島中央）	青野医院 74-7470（土居町津根）
4/10	矢部内科 23-5018（三島宮川）	中央クリニック 23-7808（三島中央）
4/17	川上こどもクリニック 57-1155（金生町山田井）	栗整形外科病院 24-5550（中之庄町）
4/24	豊永医院 56-3037（金田町金川）	あんどろ整形外科 74-1715（土居町小林）
4/29	クリニック山崎内科 57-0035（川之江町）	三島外科胃腸クリニック 24-3111（中之庄町）
5/1	松岡整形外科 58-5455（川之江町）	西岡病院 24-5511（三島金子）
5/3	岸田リイカクリニック 56-0188（妻鳥町）	鈴木医院 74-7700（土居町小林）
5/4	川関高橋医院 56-2022（金生町下分）	松風病院 74-2001（土居町入野）
5/5	井上整形外科クリニック 58-8700（金生町山田井）	みよし循環器クリニック 24-5311（寒川町）
5/8	宮崎内科 59-5000（妻鳥町）	恵康病院 74-7600（土居町蕪崎）