

すくすく赤ちゃん、 健康管理！

健康診査や予防接種、医療サービスなどの
情報を普段から知っておきましょう。



Step.2

赤ちゃんの健康診査



乳児健康診査（1歳未満）

4か月児健康診査（保健センター等で受診）

4か月児健診は、首のすわりや発育をみる赤ちゃんにとって大切な時期の健診です。育児についての悩みや心配、わからないこと等も気軽に相談しましょう。

内容	身体計測、内科診察、保健指導、栄養指導、育児相談、ブックスタート
持参品	●母子健康手帳 ●4か月児健診問診票
日程・場所	広報・保健推進課のホームページ内 ※親子健康カレンダー（乳幼児健診日程表）をご覧ください。



ブックスタート



4か月児健診の際、赤ちゃんに絵本をプレゼントしています。赤ちゃんは絵本を読んでもらうことで、自分が愛されていることや、守られていることなどを体感すると言われています。絵本を通じて、親子がかけがえのないひとときを過ごせるように応援しています。



乳児一般健康診査(医療機関で受診)

受診票を使い、1歳までの間に2回(6～7か月と10～11か月)健診を無料で受けることができます。受診票は、県内及び一部の県外委託医療機関で利用できます。ご予約の上、受診ください。



Step.3

1歳6か月児健康診査

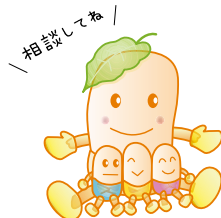
3歳児健康診査



1歳6か月児健康診査(保健センター等で受診)

1歳6か月頃になると、転ばないで歩くことができるようになり、意味のある単語を話し始めます。運動機能や精神面の発達がいちじるしく、基本的な生活習慣が確立する時期です。ことばや発育発達等について相談できるいい機会です。

この時期になると、成長に個人差が出てきます。お母さんはあまり気にしすぎないで、健診などの機会に気になることがあれば相談してみてください。



3歳児健康診査(保健センター等で受診)

3歳児健診は、集団生活を行うのに必要な社会性や基本的な生活習慣、言語、運動などの発達をみる健診です。発達には個人差がありますが、ことばの問題(発音や吃音など)や行動上の問題(落ち着きがない、乱暴など)、その他気になることは、どんなささいなことでも相談しましょう。

内容	身体計測、内科診察、歯科診察、ブラッシング指導、保健指導、育児相談
持参品	●母子健康手帳 ●1歳6か月児・3歳児健診問診票
日程・場所	広報・保健推進課のホームページ内 ※親子健康カレンダー(乳幼児健診日程表)をご覧ください。

【お問い合わせ】 四国中央市保健センター ☎0896-28-6054

乳幼児健診タクシークーポン事業

令和7年4月1日以降に生まれたお子さんの保護者を対象に乳幼児健診に係る交通費の一部を助成します。

詳しくは…



Step.4

予防接種



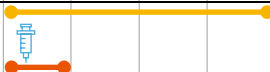
予防接種

赤ちゃんが持っている抵抗力(免疫)は、生後12か月までにほとんど自然に失われていきます。そのため、赤ちゃんは自分で免疫をつくって病気を予防する必要があります。その助けとなるのが予防接種です。子どもは、発育とともに外出の機会が多くなり、感染症にかかる可能性も高くなります。保育園や幼稚園に入るまでには予防接種で免疫をつけてあげましょう。予防接種を正しく理解し、お子さんの健康に役立ててください。

予防接種対象年齢 一覧表		2 か 月	3 か 月	5 か 月	6 か 月	8 か 月	1 歳	2 歳	3 歳	4 歳	5 歳	
ロタウイルス	1価				おすすめ開始年齢 生後2か月～14週6日後 生まれた日の翌日から起算して14週6日の日まで							
	5価											
B型肝炎		  						27日以上の間隔を置いて、2回接種した後 1回目から139日以上の間隔を置いて、3回目				
小児用肺炎球菌		  										
BCG												
5種混合 ジフテリア・百日せき・ 破傷風・ポリオ・ヒブ		  										
2種混合(DT) ジフテリア・破傷風												
麻しん風しん混合(MR) または麻しん、風しん												
水痘(みずぼうそう)								1歳～3歳   1歳～1歳1か月     追加接種は、初回から3か月の間隔をあ				
日本脳炎※1								1期   				
子宮頸がん(HPV)		2価…初回接種から1か月後に2回目、初回接種から6か月後に3回目 4価…初回接種から2か月後に2回目、初回接種から6か月後に3回目 9価…初回接種が15歳未満：初回接種から6か月後に2回目(合計2回) 初回接種が15歳以上：初回接種から2か月後に2回目、初回接種から6か月後に3回目(合計3回)										

※1 日本脳炎は、平成17年5月～平成22年3月末まで接種動向差し控えの時期となっていたため、その際に接種の機会を逃した方に特例措置がとられています。特例措置対象者は、平成7年4月2日～平成21年10月1日生まれの方です。

予防接種で定められた定期の予防接種の対象年齢を●に示しましたが、病気にかかりやすい時期を考慮して○の期間での接種がすすめられています。できるだけこの期間の早い時期に受けましょう。

6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳	18歳	19歳
											接種有効期間・・・生後24週まで		
											接種有効期間・・・生後32週まで		
を接種します。 予防接種について 詳しくはこちら→  													
20日～56日までの間隔において初回接種(3回)を行い、終了後12か月に達した時から18か月に達するまでの期間に追加接種(1回)を行います。													
													
年長児													
けて受けましょう。													
 1期は、6日～28日までの間隔において初回接種(2回)を行い、終了後おおむね1年で追加接種を行います。 2期は、9～13歳未満の間に1回接種します。													
 小6～高1相当の女性													

医療対策課 ☎0896-28-6209



はじめまして、小児科医さん

生後間もない赤ちゃんが急病になると、お母さんもお父さんも心配ですよね。あわてないで、まずは赤ちゃんをしっかりと観察してくださいね。また、適正な治療をきちんと受けるには、上手に受診することも重要です。それでは、ポイントをご紹介しますね。

◆ 上手な受診のしかた ◆

Point 1

赤ちゃんの様子をよく観察しましょう

赤ちゃんのくせや特徴、体調を日頃から観察し、もしものケガや急病のときにも早めに気づけるようにしておいてくださいね。

Point 2

かかりつけ医をつくりましょう

日頃から赤ちゃんの体質や体調、病歴などの健康状態を把握し、健康管理のアドバイスもしてくれる、かかりつけ医をもちましょう。必要に応じて医療機関を紹介してくれるなど、大変心強い存在です。

Point 3

診療時間内に受診しましょう

診療には、医師や看護師、検査技師、薬剤師など、多くのスタッフが必要です。スタッフが揃っている通常の診療時間帯に受診するようにしましょう。

Point 4

症状がわかる人と受診しましょう

赤ちゃんの症状、食事や飲ませた薬などの処置が詳しく説明できる人が連れて行くようにしましょう。

Point 5

お医者さんに伝えたいことをあらかじめ整理しておきましょう

診察室では、赤ちゃんの病気やケガの症状、経過などについて尋ねられます。整理して、伝え忘れないようにしておきましょう。

Point 6

医療機関に持って行くと役に立つもの

母子健康手帳、健康保険証、乳幼児医療費受給資格証、病気の経過等がわかるメモ、おくすり手帳(飲んでいる薬や名前などがわかるもの)は必須。その他にオムツやタオル、ティッシュペーパー、お気に入りのおもちゃ等があれば役に立ちます。便の状態がおかしいと思うときは、オムツ等を袋に入れて持参すると症状が伝わりやすいです。

Point 7

症状が重いときや、休日・夜間に急病で受診するとき

市と医師会が発行するケガ・急病対応ガイドブック等を参考に、自宅で様子を見るか、すぐに受診が必要かを判断しましょう。

小児科リスト(五十音順)	川上こどもクリニック	0896-57-1155	中央クリニック	0896-23-7808
	四国中央市急患医療センター(夜間)	0896-56-1913	福田医院	0896-23-2188
	四国中央病院	0896-58-3515	ふじえだファミリークリニック	0896-23-5864
	鈴木医院	0896-74-7700	眞鍋医院	0896-56-2269

休日・夜間の救急診療所の詳細は、P26～27を参照してね。

歯の健康の大切さ

毎日、食事を取ることで健康な身体がつくられますよね。そこで、大切なのが歯の健康なのです。一生使い続ける歯。赤ちゃんのうちからしっかりケアしてあげましょう。お母さんの歯の健康についても紹介しますよ。

★ お母さんの歯の健康

妊娠中、お母さんの歯の状態と赤ちゃんの健康は深い関係があり、妊娠中に進行した歯周病にかかっていると、早産や低体重児出産の危険性が飲酒・喫煙以上に高くなります。



★ 妊婦歯科個別健康診査の目的

四国中央市は、宇摩歯科医師会と協力して県内で初めて妊婦歯科個別健診に取り組みました。お母さんの歯の健康管理や、生まれてくる赤ちゃんの歯のケアについて知ってもらうのが目的です。

- 妊娠中は、つわりの影響で飲食の機会が多くなったり、ホルモンの関係で歯周病になりやすい時期です。歯科医師と相談して、お母さんの歯のケアをしましょう。
- 虫歯菌は、家族の唾液からうつります。お父さん、お母さんは虫歯を直しておきましょう。
- 赤ちゃんはおっぱいを飲んだり、食べたりしながら成長します。お口の機能も発達していくので、生活リズムに合わせたケアが大切です。
- 歯のセルフケア＝歯磨き・フッ素で予防することを小さい頃から習慣づけましょう。

★ 妊娠中の虫歯の治療

必ず「妊娠中」と歯科医師に伝えてくださいね。

妊娠初期	つわりや流産の危険性があります。必要に応じて適切な応急処置や治療を受けましょう。
妊娠中期	歯科治療を受けるなら安定期が適しています。虫歯や歯周病の治療を受けましょう。
妊娠後期	大きくなったお腹に負担のないよう楽な体位で治療を受けましょう。

★ 離乳について

お母さんは、子どもの成長がうれしいから、つい離乳を急いでしまうようです。口に入れたらバクバク食べるけど、実は丸呑みしているだけということも。歯でしっかり噛んで飲み込むということが大事なのです。口の成長に合わせて離乳の完了をあわてないでください。この時期からの歯磨きは大切ですから習慣にしてくださいね。



+ 急病対応ガイド

子どもの急病は迅速な処置が重要になってきます。
症状によって、どの医療機関を受診すればよいかな等の目安としてご利用ください。

子どもの具合が悪い

自家用車・
タクシーで



救急車で



入院や手術が必要な
重症の患者(二次救急)

**症状が重い場合は、
こちらの医療機関を受診しましょう。**

小児二次救急については、医師の疲弊を防ぎ、救急医療体制を維持するため、四国中央市、新居浜市、西条市の3市で広域輪番制を実施しています。当日の当番病院は、毎月の広報でご確認ください。

四国中央病院
☎0896-58-3515

県立新居浜病院
☎0897-43-6161

西条中央病院
☎0897-56-0300

命に関わる
特に症状が重い場合
(三次救急)

救急車で



東予救命救急センター
☎0897-43-6161
新居浜市本郷3-1-1
(県立新居浜病院隣接)

救急当番医療機関へ搬送

夜間に突然、子どもの具合が悪くなったときは？

▶ **#8000**(携帯・プッシュ回線)または、**☎089-913-2777**

[小児救急医療電話相談]

▶ **☎0896-56-1913** [四国中央市急患医療センター 内科・小児科]

▶ 二次救急、三次救急は下記番号へ。



普段から下記をご覧ください。備えてください。
こどもの救急(<http://kodomo-qj.jp/>)

平日
18:00～翌朝8:00
土曜
13:00～翌朝8:00
日・祝
8:00～翌朝8:00



自家用車・
タクシーで

症状によって医師が判断

比較的症状が軽い場合(一次救急)

	月～土曜日	日曜日・祝日
朝・昼	かかりつけ医 P76～80 医療機関一覧参照	9:00～12:00 14:00～17:00 休日当番医 毎月の広報及び 宇摩医師会ホーム ページにて掲載
夜	19:30～22:30 四国中央市 急患医療センター 内科・小児科 ☎0896-56-1913 四国中央市妻鳥町1501-1 (妻鳥小学校西隣)	※平日の深夜・日曜日・ 祝日の夜、深夜の診療に ついては小児科医師の勤 務状況により、診療でき ない場合がありますの で、#8000番や市病院 案内(TEL0896-23-6611) へお問い合わせください。 応急手当のアドバイ スや病院を案内します。
深夜	月～土曜日 21:00～翌朝6時	日曜日・祝日 18:00～21:00
	東予東部3市こども急患センター ☎0897-32-5658 新居浜市一宮町1-13-52 ※必ず事前に電話連絡のうえ、受診をお願いします。  詳細はこちらからご確認ください。	

妊

娠

出

産

育

児