

健康情報版

保健センター 〒310-0852 笠原町993-13
 ☎243-7311
 常澄保健センター(大場町) ☎269-5285
 内原保健センター(内原町) ☎259-6411

4月の母子保健事業を紹介します

めだか教室

日時/4月9日(月)または23日(月)、午前10時～正午
 内容/赤ちゃん体操、歯の話、育児情報、親同士の交流など

対象/平成23年12月生まれの第1子とその親
 申込み/4月2日(月)までに、電話で、保健センターへ

トライ離乳食教室

日時/4月6日(金)、午前の部…午前10時～正午、午後の部…午後1時30分～3時30分(午前か午後いずれかを選択)

内容/栄養士の講話、試食(保護者のみ)など
 対象/5か月までの乳児の保育者
 申込み/3月30日(金)までに、電話で、保健センターへ
 会場/いずれも保健センター

乳幼児健康診査を受けましょう

料金/無料
 申込み/通知を確認のうえ、午後1時～2時に、直接会場へ ※母子健康手帳をお持ちください。

健診名	対象	日程	会場
7か月児健康診査	7か月～8か月児	4月12日(木)	保健センター
		4月18日(水)	
		4月26日(木)	
1歳6か月児健康診査	1歳6か月～1歳11か月児	4月13日(金)	保健センター
		4月19日(木)	常澄保健センター
		4月25日(水)	保健センター
3歳児健康診査	3歳0か月～3歳11か月児	4月11日(水)	保健センター
		4月27日(金)	

※標準受診年齢:3歳6か月。3歳4～5か月頃通知します。

狂犬病の予防注射

生後90日を過ぎた犬を飼っている方は、年1回、狂犬病の予防注射を受けさせることが義務づけられています。集合注射のほか、動物病院でも個別に受けられます。

集合注射の会場には多くの犬が集まります。犬を制御できる方が連れてきてください。また、首輪は抜けないようにしっかりと装着してください。
持ちもの/注射済票交付願(3月下旬に郵送予定) ※新たに犬を飼い始めた方は不要です。

集合注射の料金/2,900円 ※個別注射の料金は、病院によって異なります。

<4月の集合注射の実施日程>

4月16日(月)		4月19日(木)	
妙徳寺境内	10:00～10:10	東野ジャンボゴルフセンター駐車場	10:00～10:10
さわやかふれあいセンター(木葉下町)	10:25～10:35	吉沢市民センター	10:25～10:35
森林公園入口(木葉下町前沢)	10:50～11:00	吉沢街区公園	10:50～11:00
谷津公民館	11:15～11:25	笠原市民センター	11:15～11:25
山根市民センター	11:40～11:50	東電通茨城支店(笠原町)	11:40～11:50
開江町コミュニティセンター	12:05～12:15	緑岡市民センター	13:00～13:20
開江老人ホーム	13:30～13:50	本法寺駐車場(千波町)	13:35～13:45
大塚池公園野球場わき駐車場	14:05～14:25	加畑医院駐車場(千波町)	14:00～14:20
双葉台市民センター	14:40～15:10	宮本小児科医院駐車場(千波町)	14:35～14:55
4月17日(火)		4月20日(金)	
成沢不導尊前	10:00～10:10	波井町弁天様前	10:00～10:10
成沢地藏尊入口	10:25～10:35	水戸市浄化センター北側公園	10:25～10:35
藤井町集落センター	10:50～11:00	城東市民センター	10:50～11:10
十万原第2街区公園	11:15～11:25	千波湖土地改良区事務所	11:25～11:35
岩根農村公園(山王神社わき)	11:40～11:50	三の丸市民センター	11:50～12:00
飯富市民センター	13:00～13:10	市民プール入口(水府町)	13:20～13:40
長谷川酒店駐車場(飯富町)	13:25～13:35	青柳公民館	13:55～14:05
飯富町中央生活改善センター	13:50～14:00	竹内千枝子様方(根本3)	14:20～14:30
安戸星緑地駐車場	14:15～14:25	※5月以降の集合注射実施日程は、4月に発行する「水戸市民ガイドブック」をご覧ください。	
田野町生活改善センター	14:40～14:50		
堀公民館	15:05～15:25		

会場	曜日
内原小学校	毎週月曜
常磐小学校	毎週火曜
石川小学校	毎週水曜
笠原小学校	
梅が丘小学校	毎週木曜
稲荷第二小学校	
吉田小学校	毎週金曜
浜田小学校	
双葉台小学校	

料金/無料 ※読み書き・計算の教材費は自己負担。
対象/65歳以上の方
定員/各30名(定員を超えた場合は抽選)
時間/午前9時30分～11時30分 ※祝日を除く。
期間/5月～平成25年3月の毎週1回
会場/保健センター

エンジョイスクール
 読み書き・計算の学習で脳を活性化し、シルバリーハビリ体操で体を健康にします。子どもたちのふれあいで、心も若返ります。

申し込み/電話で、保健センター(専用電話☎243・5520)へ

会場/保健センター

内容/臨床心理士による個別相談

こころの健康相談

「辛いこと、苦しいことを、ひとりで抱えずに相談しましょう。本人や家族を対象に予約制によるこころの健康相談を実施します。」

予防接種を受けましょう

○定期接種: BCG、ポリオ、三種混合、二種混合、麻しん風しん混合、日本脳炎
 ※日本脳炎については、平成7年6月1日から平成19年4月1日までに生まれた方は、経過措置として20歳未満までの間、定期接種として受けられます。

○任意接種: おたふくかぜ(個人負担金3,200円)、水痘(個人負担金4,200円)。
 ※ヒブ、小児肺炎球菌、子宮頸がん、高齢者肺炎球菌予防接種については、詳細が決まり次第、「広報みと」などでお知らせします。

接種を希望する方は、実施医療機関へ直接申込みのうえ、「予防接種券」、「母子健康手帳」、「予防接種の記録」(9歳以上の方のみ)をお持ちください。実施医療機関などは、4月に発行する「水戸市民ガイドブック」をご覧ください。

ボランティア募集

エンジョイスクールなどで、高齢者の読み書き・計算の学習を支援するボランティアを募集します。
対象/60歳くらいまでの方
申込み/電話で、保健センターへ

申込み/問合せ/4月13日(金)までに、電話で、保健センターへ