

水戸市保健所からの お知らせです

〒310-0852 笠原町993-13

- ・保健総務課(☎305-6290)
- ・保健予防課(☎243-7315)
- ・地域保健課(☎243-7311)
- ・保健衛生課(☎243-7328)

〒311-4153 河和田町999

- ・動物愛護センター(☎350-3800)
- 〒311-1125 大場町472-1
- ・常澄保健センター(☎269-5285)
- 〒319-0315 内原町1384-2
- ・内原保健センター(☎259-6411)

日…日時 期…期日・期間 時…時間 場…会場・場所 対…対象 人…定員 料…料金など 申…申込み 問…問合せ …共通事項

3月は自殺予防月間です

問合せ／保健予防課

あなたの周りで、気分が落ち込んで元気がない人はいませんか。心の不調に気づいたら、声をかけ、話を聞き、必要な支援につなげましょう。

SNS相談は、市ホームページをご覧ください。



こころの健康相談(公認心理師による面談)

受付時間など／第1・3金曜日、午後2時30分～4時45分 ※精神科などで治療中の方は除く。
申込・問合せ／事前に、電話で、保健予防課へ

いばらきこころのホットライン

- ①専用電話／244-0556
受付時間など／月～金曜日、午前9時～正午・午後1時～4時
- ②フリーダイヤル／0120-236-556
受付時間など／土・日曜日、午前9時～正午・午後1時～4時
※祝日、年末年始は休み。

茨城いのちの電話

- ①専用電話／350-1000
受付時間など／24時間 ※毎月29日～月末と不定期で数日、午後10時～翌日午前8時の相談は休み。
- ②フリーダイヤル／0120-783-556
受付時間など／16:00～21:00(毎月10日は、午前8時～翌日午前8時受付)

よりそいホットライン

- ①フリーダイヤル／0120-279-338
受付時間など／24時間

小・中学生の定期予防接種

- ▼二種混合2期(ジフテリア・破傷風)
対／11歳以上13歳未満の方
- ▼日本脳炎1・2期
対／1期：生後6か月以上7歳6か月未満の方
2期：9歳以上13歳未満の方

日本脳炎予防接種の積極的勧奨の差控えにより、接種を受けられなかった平成19年4月1日までに生まれた方は、20歳未満までの間に1期(3回)、2期(1回)の不足回数分の接種を、無料で受けることができます。

料／無料

※対象者には、予防接種券を郵送しています。転入などで、予防接種券をお持ちでない方は、母子健康手帳を持参し、直接、保健予防課へ。問／保健予防課

高齢者肺炎球菌定期予防接種

対／これまでに肺炎球菌の予防接種を受けたことがない次の方 ①令和4年度に、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方 ②60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓、呼吸器などの機能に障害があり、日常生活が極度に制限される方 ※今年度65歳になる方には、予防接種券と予診票を、その他の対象者には、案内はがきを令和4年4月に郵送しました。接種券や案内はがきが届いた方でも、過去に接種したことがある方は、定期接種の対象にならない

いので、注意してください。

料／接種費用(医療機関により異なる)から助成額(2000円)を差引いた額 ※所得などの条件により、自己負担金が免除になる場合があります。詳細は、保健予防課にお問合せください。接種期限／3月31日(金)まで 申／電話で、実施医療機関へ 問／保健予防課

健診を

受けたままにしませんか

生活習慣病やがんは、早期発見・早期治療が大切です。

健康診査やがん検診で「要精密検査」と判定された方は、「大丈夫だろう」と安易に自己判断せず、医療機関で精密検査を受けましょう。問／地域保健課

みとちゃん健康マイレージ 当選者決定

健診や運動などの健康づくりに取り組むと、商品が当たる「みとちゃん健康マイレージ」。今年度は、1000名を超える応募があり、当選した方に通知しました。来年度も実施しますので、多くの方の参加をお待ちしています。詳細は、7月15日号の「広報みと」と一緒に配布するチラシや市ホームページをご覧ください。問／地域保健課



今年度は、33の企業から協賛いただきました