

# 予防接種

接種には、市から送付された予診票が必要です。

## 結核予防接種 (ツベルクリン) (反応・BCG)

**日時** 6月5日(月)・12日(月) いずれも午前9時～11時30分と午後1時30分～3時30分 **場所** 保健センター **対象** 生後3カ月以上4歳未満の未接種児 **その他** ツベルクリン反応検査の判定とBCG接種は、2日後の同じ場所・時間に行います

## ポリオ予防接種

**日時** 1回目の接種の人…6月6日(火) 2回目の接種の人…6月13日(火) いずれも午前9時～11時30分と午後1時30分～3時30分 5月以前の対象児でまだ接種していない人は、予備日の5月30日(火)に接種できますが、前日までに予約が必要です **場所** 保健センター **対象** 生後3カ月以上7歳6カ月未満の未接種児 **その他** 1回目と2回目の間隔は6週間以上あけること

## 麻しんや風しんなど 医療機関で行う予防接種

市指定の医療機関で行います。  
**■ジフテリア・百日せき・破傷風**

## 「元気なうちにリハビリ教室」(無料)のご案内

**対象** 40歳以上で介護保険サービスの対象とならない人 **日時・場所** 下表のとおり **内容** 体操、レクリエーション、交流会、機能相談など **申し込み** 所定の申し込み用紙で、保健センターへ

場 所	訓 練 日	時 間
保健センター 機能回復訓練室	毎週水曜日	10:00
三重北勢健康増進センター (ヘルスプラザ)機能回復訓練室	毎週木曜日	11:30

## 「生活リハビリお達人教室」(無料) (地区巡回)のご案内

**対象と内容** 「元気なうちにリハビリ教室」と同じ **実施日時** 5月から月1回 午前または午後 **会場** 地区市民センターほか **申し込み** 当日会場で受け付けます(詳しくは地区回覧をご覧ください) **問い合わせ** 保健センター

**三種混合予防接種**  
**対象** 生後3カ月以上7歳6カ月未満の未接種児(第1期追加は、第1期初回の3回目を接種後12カ月以上経過していること) **その他** すでに百日せきにかかったことが明らかな対象児には、保健センターで二種混合を実施し

# 妊婦・乳幼児

母子健康手帳をお忘れなく。

## デンタル マタニティスクール

**日時と場所** 6月16日(金) 午後1時30分～3時30分 保健センター **内容** 講話と歯磨き指導など **申し込み** 6月9日までに保健センターで直接申し込むか、はがきに「デンタルマタニティ希望」と明記の上、住所、名前、電話番号、現在の妊娠週数を書いて保健センターへ **その他** 歯ブラシを持参ください。申込者への個人通知はしませんので、当日直接会場へ

## 育児相談 一人で悩まずに

**日時と場所** (1)5月24日(水) 午前9時30分～11時 保健センター (2)6月14日(水) 午前10時～11時30分 あさけプラザ

## 乳幼児食教室 (無料)

**日時と場所・対象** 右上の表のとおり **内容** 乳幼児食の実技指導や相談 **申し込み** 実施日の4日前までに保健セ

ます(ただし、二種混合は予約が必要)  
**■麻しん予防接種**  
**対象** 生後1歳以上7歳6カ月未満の未接種児  
**■風しん予防接種**  
**対象** 生後1歳以上7歳6カ月未満の未接種児

## ●乳幼児食教室の日時と場所

月 日	対 象	場 所
6月6日(火)	4～7カ月児	保健センター
13日(火)	8～12カ月児	
時間		いずれも午前10時～11時30分

ンターで直接申し込むか、はがきに受講希望日、対象児の名前・月齢、世帯主の住所・名前・電話番号を書いて保健センターへ **その他** 申込者への個人通知はしませんので、当日直接会場へ

## 妊婦・乳幼児健診

母子健康手帳にとじ込まれている「妊婦一般健康診査票(前期・後期)」と、冊子「予防接種と子どもの健康」にとじ込まれている「乳児一般健康診査票(4カ月・10カ月)」は、県内の医療機関で使用できます。

## ■1歳6カ月児健診

**日時** 5月18日(木)・23日(火)・25日(木)、6月1日(木)・8日(木)・15日(木) いずれも午前8時45分～10時25分 **場所** 保健センター **その他** 対象児には個人通知します

## ■3歳児(3歳6カ月児)健診

**日時** 5月18日(木)・25日(木)、6月1日(木)・8日(木)・15日(木) いずれも午後0時40分～2時20分 **場所** 保健センター **その他** 起床時の尿をびんに入れて持参を。対象児(3歳6カ月ごろ)には個人通知します

三重北勢健康増進センター **ヘルスプラザ** ☎510-0851 塩浜町1-11 ☎49-3311

## ■5月27日(土)・28日(日) 開設1周年無料開放

**健康度測定紹介・お試し体力測定** 時間 午前9時30分～午後5時  
**運動施設の開放** 対象 温水プール、トレーニングジム、ランニングトラック、ランニングトラック内フィールド(軽スポーツ)、軽運動室(卓球)、グラウンド・ゴルフ場 時間 27日(土)…午前9時30分～午後9時 28日(日)…午前9時30分～午後6時(ただし、卓球は正午から)

## ■リラックス運動教室 日時 28日(日) 午前10時～11時30分 ※運動のできる服装を遊び名人コーナー、食生活改善コーナー、リサイクル・エココーナー

時間 午前9時30分～午後4時  
 ※健康度測定紹介・お試し体力測定、トレーニングジムや軽運動室などは上履き運動靴、温水プールは水泳帽、グラウンド・ゴルフ場は芝生を傷めない履物の用意を。託児室もあります。

**■6月の健康度測定・総合体力測定**  
 (健康度測定) 測定日 6月10・17・21・28日 測定料 10,500円(6カ月以内に撮影した胸部X線フィルム、肺機能検査結果をお持ちの人は、減額となります)  
 (総合体力測定) 測定日 6月1・3・8・11・15・18・22・24・29日 対象 18歳以上 測定料 1,580円 予約期限 測定日の10日前(電話でも可)