

42歳～59歳の男性へ 第5期風しん追加対策 について

公的な風しんの予防接種を受ける機会がなかった昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性は、風しんの抗体検査と予防接種が無料で受けられます。対象者に送付したクーポン券の有効期間は令和4年3月末までです。抗体検査・予防接種を希望する人は有効期限内に利用してください。

※昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性には平成31年4月、昭和37年4月2日～昭和47年4月1日生まれの男性には令和2年4月にクーポン券を発送しました。紛失した場合は、保健センター窓口で再発行ができます。

令和3年度総合健診 (集団健(検)診)について

令和3年度の総合健診は、11月2日㊦が最終日です。まだ受診していない人は、ぜひ受診ください。また、町国民健康保険に加入している人は特定健診も同日に受けることができます。

10月・11月の
集団検診日程

10月14日㊤、15日㊤、16日㊤
11月1日㊤、2日㊤

※事前に予約が必要です。詳しくは、町ホームページや対象者に配布したお知らせをご覧ください。

問い合わせ先 健康子育て課 健康づくり室 ☎54-7744(直通)

11月 保健センター健康ガイド

※やむを得ず日程が変更になる場合は、町ホームページなどでお知らせします。あわせてご覧ください。なお、10月の予定は広報9月号7ページをご覧ください。

内容	日時	対象者	摘要
子育て相談会	5日㊤ 10:00～12:00 26日㊤ 14:00～16:00	子育てに関して相談のある人	相談内容:子どもの発達や子育てに関すること 相談員:心理士(または保健師) ㊤健康づくり室に電話で事前予約をしてください。
助産師相談会	9日㊤ 9:00～12:00	妊婦・産婦	相談内容:妊娠に関すること、授乳などで悩んでいること 相談員:助産師
2歳児歯科健診	10日㊤受付 13:00～	令和元年10月11日～ 31日生まれ	詳細は通知をご覧ください。
1歳6カ月児健診	16日㊤受付 13:00～	令和2年4月1日～ 5月14日生まれ	詳細は通知をご覧ください。
ことばの相談	16日㊤ 14:00～16:00	子どものことばの面で アドバイスが欲しい人	相談内容:子どものことばに関すること (発音・ことばの数が少ないなど) 相談員:言語聴覚士 ㊤健康づくり室に電話で事前予約をしてください。
ハーバースデー	18日㊤ 9:30～11:30	令和3年4月～6月生まれ	内容:ベビーダンス・離乳食の話 ㊤健康づくり室に電話で事前予約をしてください。
3歳児健診	19日㊤受付 13:00～	平成30年8月11日～ 9月20日生まれ	詳細は通知をご覧ください。
土日開催 健康相談 母子手帳交付	20日㊤・28日㊤ 10:00～11:30、13:00～15:00 ※20日㊤午前は遊びに利用 できません。	健康相談のある人	相談内容:子育て・健康管理・その他健康に関すること 相談員:保健師、管理栄養士
		妊婦	妊娠届出書を持参してください。
運動発達の相談 (作業療法士)	24日㊤ 13:30～16:30	子どもの運動発達の面で アドバイスが欲しい人	相談内容:子どもの運動発達に関すること(いざり・ ハイハイしない・お座りができないなど) 相談員:作業療法士 ㊤健康づくり室に電話で事前予約をしてください。
母乳相談	25日㊤受付 9:30～	乳幼児と親または家族	持ち物:母子手帳 相談員:助産師・栄養士・保健師 相談内容:授乳(乳房トラブル)、離乳食のことなど ㊤健康づくり室に電話で事前予約をしてください (10月29日㊤から受け付け開始)。
10～11カ月児健診	30日㊤受付 13:00～	令和2年12月1日～ 令和3年1月31日生まれ	詳細は通知をご覧ください。

★育児・介護・医療でお困りの人は「よしおか健康 No.1 ダイヤル 24」 ☎0120-026-103 へ! (年中無休・通話無料)



世界メンタルヘルスデー

10月10日⑩は「世界メンタルヘルスデー」です。メンタルヘルスの問題に関する世間の意識や関心を高め、偏見を無くし、正しい知識を普及することを目的としています。

日本では、理解を深めるためのイベントのひとつとして10月10日⑩に、東京タワーをシルバーリボン運動にちなんだシルバーリボンカラーにライトアップされます。

シルバーリボン運動とは

脳や心に起因する疾病（障害）およびメンタルヘルスへの理解を促進する運動として、誤解や偏見を無くし、それらを抱える本人や家族が生活しやすくなる社会の実現を目指し、世界規模で行われています。



精神保健福祉普及運動期間

10月11日⑪～17日⑰は精神保健福祉普及運動期間です。精神保健福祉に関する知識の普及および理解の促進を目的として全国的に取り組まれている運動です。

こころの病気は誰にでも起こる可能性があります。こころの不調やストレス症状が長く続いている場合や、日常生活に支障が出ている場合は、早めに専門機関に相談することをお勧めします。また、自分で不調に気付いていても、こころの病気だと思っていない場合もあります。職場や家庭でその人らしくない行動が続く場合や、生活面での支障が出ている場合は、早めに専門機関に相談するよう勧めてください。

●14ページ Informationの「こころの相談」もご利用ください。

★よしおか健康ポイント対象事業

「けんこう講座」

からだ引き締め講座



健康な体づくりにチャレンジしてみませんか？健康運動指導士、保健師、管理栄養士がサポートします。

- 期日 10月22日～12月10日毎週金曜日（計8回）
- 時間 13:00～14:30
- 場所 保健センター
- 対象 40～74歳の町国保加入者で、運動制限のない人

※特定健診を受診した人、メタボリックシンドローム、メタボリックシンドローム予備軍の人が優先

- 定員 10人
- 申込期間 10月1日⑤～10月15日⑤

最終日に参加賞をプレゼント！



生後半のお祝い ハーフバースデーを 開催します！

2分の1のお誕生日をみんなで楽しくお祝いしましょう！ベビーダンスで親子のスキンシップをとりながら、同月齢のみんなで悩みを共有しませんか？

- 期日 11月18日⑧
- 時間 9:30～11:30
- 場所 保健センター
- 内容 ベビーダンス、離乳食&育児相談、記念写真が撮れるフォトコーナー
- 対象 令和3年4月～6月生まれの子とその親
- 定員 親子10組（定員になり次第終了となります。）
- 申し込み 11月4日④～11日④（⑤・⑥を除く）に保健センター窓口または電話でお申し込みください。



上記4つ共に

申し込み・問い合わせ先 健康子育て課 健康づくり室 ☎54-7744(直通)

わが家の愛ドルを 募集しています

広報よしおか裏面「わが家の愛ドル」のコーナーでわが子を紹介してみませんか？2歳以下のお子さんを募集中です。

郵送またはメールで受け付けています。詳しくは、町ホームページをご覧ください。

▼問い合わせ先
企画財政課 企画室 ☎26-2241(直通)

