

23年度 ほどがや保健だより B

◇ 23年4月～24年3月 ◇

※区民健診・がん検診の日程については、「23年度 ほどがや保健だよりA」をご覧ください

保土ヶ谷福祉保健センター

〒240-0001 保土ヶ谷区川辺町2-9

相鉄線星川駅下車、徒歩3分

<申込み・問合せ> こども家庭係 ☎334-6323
健康づくり係 ☎334-6344～7 FAX333-6309

平成23(2011)年4月発行

子育て

◆「ほどがや子育て情報ぴよぴよぽっけ」(<http://www.city.yokohama.lg.jp/hodogaya/kosodate/>)

母乳相談、母親教室、乳幼児健康診査等の日程、内容・子育て関連情報リンクなど

◆モバイルサイト[携帯電話サイト](<http://m.city.yokohama.lg.jp/ho/>) 母親教室、乳幼児健康診査の日程

母親教室 【予約】☎334-6323	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月		
	A	7(木)	2(月)	2(木)	7(木)	4(木)	1(木)	6(木)	10(木)	1(木)	5(木)	2(木)	1(木)	
	B	13(水)	18(水)	8(水)	13(水)	10(水)	14(水)	12(水)	2(水)	14(水)	18(水)	15(水)	14(水)	
	C	21(木)	12(木)	16(木)	21(木)	18(木)	8(木)	20(木)	17(木)	8(木)	12(木)	9(木)	8(木)	
D	28(木)	26(木)	23(木)	28(木)	25(木)	22(木)	27(木)	24(木)	22(木)	26(木)	23(木)	22(木)		
●区役所本館3階12・13番(実施日によって開始時間が異なります。詳しくはお問い合わせください。)														
◎対象:初産の方:妊娠16週～32週までに全4回を終了できる方(多胎は27週まで) ◎無料 ◎月4回1コース														
◎持ち物:母子健康手帳、子育てガイドブック(Aの回は「現在使用中の歯ブラシ」)														
◎内容: A妊娠中の栄養、歯科衛生、オリエンテーション B分娩の経過について C両親学級:妊婦体操、赤ちゃんのいる生活、妊婦体験 D母乳のすすめ、先輩ママのお話														
妊産婦健康相談 【予約】☎334-6323	毎月第3金曜日 9:00～11:00 ●区役所本館3階8番 ※都合により、日時の変更あり ◎対象:妊娠中、産後1年以内の方 ◎無料 ◎内容:妊娠中から産後の心と体、避妊など。助産師による相談 ◎持ち物:母子健康手帳													
妊産婦歯科相談 【予約】☎334-6297	妊産婦で歯科相談を希望される方は、ご連絡ください。													
母乳相談 【予約】☎334-6323	毎月、第1月曜日・第3火曜日 9:00～11:00 ●区役所本館3階8番 ※都合により、日時の変更あり。						◎無料 ◎持ち物:母子健康手帳、タオル2枚							
離乳食講習会 【予約】☎334-6346	4/21(木)、5/17(火)、6/21(火) 7/21(木)、8/16(火)、9/15(木)			13:30～15:00(13:15受付) ●区役所本館3階12番			◎対象:生後7～8カ月児 ◎定員:先着30名 ◎無料 ◎内容:お話、実演、試食、個別相談 ◎持ち物:スプーン							
子どもの食事相談 【予約】☎334-6346	10/20(木) 11/15(火)、12/20(火) 1/17(火)、2/21(火)、3/23(金)			9:00、10:00、11:00 ●区役所本館3階7番			◎対象:0歳～18歳の養育者 ◎無料 ◎内容:食生活に関する個別相談							
歯っぴいいきいき1歳児 【予約】☎334-6347	対象 月齢	22.2月	22.3月	22.4月	22.5月	22.6月	22.7月	22.8月	22.9月	22.10月	22.11月	22.12月	23.1月	
		22.3月	22.4月	22.5月	22.6月	22.7月	22.8月	22.9月	22.10月	22.11月	22.12月	23.1月	23.2月	23.3月
	日程	4/27(水)	5/25(水)	6/22(水)	7/6(水)	8/3(水)	9/7(水)	10/5(水)	11/9(水)	12/7(水)	1/11(水)	2/8(水)	3/7(水)	
	受付 開始日	3/16(水)	4/18(月)	5/16(月)	6/16(木)	7/19(火)	8/16(火)	9/16(金)	10/17(月)	11/16(水)	12/16(金)	1/16(月)	2/16(木)	
9:45～11:00 ●区役所本館3階14番 ◎定員:先着30人 ◎無料 ◎内容:むし歯予防の話と歯磨きレッスン														
乳幼児歯科相談 【予約】☎334-6297	4/21(木)、5/17(火)、6/8(水)、7/12(火)、8/9(火)、9/13(火)、 10/12(水)、11/8(火)、12/15(木)、1/18(水)、2/16(木)、3/13(火)						◎対象:未就学児 ◎無料 ◎内容:歯科医師の健診、相談、歯磨きアドバイス ◎持ち物:ナイロン歯ブラシ、母子健康手帳							
13:30～14:45 ●区役所本館3階8番														

乳幼児健康診査共通 ●区役所本館3階14番 ☎334-6323 ◎無料

※指定日の約1か月前に健診のお知らせが各家庭に届きます。 ※指定日に体調・都合が悪い場合は、指定日以降の健診日にお越しください。

◎医療機関乳幼児健康診査(育児相談)

母子健康手帳別冊の中にある受診票を使って、市内の委託医療機関で健康診査が3回受けられます。(月齢で区切られています。)

※病気の治療などの場合は自己負担となります。 ※市外の医療機関では実施していません。

4か月児

生まれた月	22年	22年	23年	23年	23年	23年	23年	23年	23年	23年	23年	23年	23年
生まれた日	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月
1～15日	—	4/27(水)	5/25(水)	6/22(水)	7/27(水)	8/24(水)	9/28(水)	10/26(水)	11/30(水)	12/28(水)	1/25(水)	2/22(水)	3/28(水)
16～31日	4/6(水)	5/11(水)	6/1(水)	7/6(水)	8/3(水)	9/7(水)	10/5(水)	11/9(水)	12/7(水)	1/11(水)	2/8(水)	3/7(水)	—

13:00～13:45 受付 ◎内容:問診、計測、診察、歯科・育児・栄養相談 ◎持ち物:問診票、母子健康手帳、バスタオル(診察時に使用)

1歳6か月児

生まれた月	21年	21年	21年	21年	22年	22年	22年	22年	22年	22年	22年	22年	22年
生まれた日	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月
1～15日	—	4/20(水)	5/18(水)	6/15(水)	7/20(水)	8/17(水)	9/21(水)	10/19(水)	11/16(水)	12/21(水)	1/18(水)	2/15(水)	3/21(水)
16～31日	4/7(水)	5/12(水)	6/2(水)	7/7(水)	8/4(水)	9/1(水)	10/6(水)	11/10(水)	12/1(水)	1/12(水)	2/2(水)	3/1(水)	—

(上段健診日)⇒9:00～9:45 受付、(下段健診日)⇒13:00～13:45 受付 ※受付時間は、健診日により午前・午後と異なります。

◎内容:問診、計測、診察、歯科健診、育児・栄養相談 ◎持ち物:問診票、母子健康手帳、ナイロン歯ブラシ

3歳児

生まれた月	20年	20年	20年	20年	20年	20年	20年	20年	20年	20年	21年	21年	21年
生まれた日	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
1～15日	—	4/28(水)	5/26(水)	6/30(水)	7/28(水)	8/25(水)	9/22(水)	10/27(水)	11/24(水)	12/22(水)	1/26(水)	2/23(水)	3/22(水)
16～31日	4/14(水)	5/19(水)	6/16(水)	7/14(水)	8/18(水)	9/8(水)	10/13(水)	11/17(水)	12/8(水)	1/19(水)	2/9(水)	3/8(水)	—

13:00～13:45 受付 ◎内容:問診、計測、診察、歯科健診、尿検査、育児・栄養相談 ◎持ち物:問診票、母子健康手帳、ナイロン歯ブラシ

乳幼児健康診査(予約不要)

乳幼児予防接種 【予約不要】	ポリオ 【小児マヒ】 23年度	●区役所本館3階10番 13:15~14:15(受付(時間厳守) ☎334-6345 ※開始時刻前後は大変混雑します。 ◎対象:生後3か月~7歳6か月未満(できるだけ1歳6か月まで)の間に2回 ◎持ち物:母子健康手帳(自宅で予防票を切り取って記入し、49ページに挟んでください。)	
		4月	8日(金) → 11・12月生まれの子 12日(火) → 9・10月生まれの子 15日(金) → 7・8月生まれの子 19日(火) → 5・6月生まれの子 22日(金) → 3・4月生まれの子 26日(火) → 1・2月生まれの子
	10月	4日(火) → 5・6月生まれの子 7日(金) → 3・4月生まれの子 11日(火) → 1・2月生まれの子 14日(金) → 11・12月生まれの子 18日(火) → 9・10月生まれの子 21日(金) → 7・8月生まれの子	※生後4か月児・生後5か月児はBCGを先に接種してください。 ※事前に「保存版・予防接種のしおり」を読み、必ず保護者が同伴してください。 ※ワクチン投与の前後30分は、飲食をさせないでください。 ※診察があるので上半身は脱衣しやすい服装で。診察前に会場で検温します。 ※指定日に体調・都合が悪い場合は、他の接種日でも可。 ※各月の初日は接種者が集中するため、待ち時間が長くなります。 ※ポリオ接種後27日間は他の予防接種は出来ません。 (接種した4週間後の同じ曜日から接種可) ※同月に2回接種は不可。(毎年4月と10月に実施しています。) ◆市内の他の区役所でも接種できます。 日程等はコールセンター ☎664-2525へお問い合わせください。

その他の予防接種		協力医療機関で個別接種【予約制】【無料】(区役所では、実施しません。) ※実施期間は通年です。遅れないように計画を立てて接種しましょう。	
B C G 【結核】	1回接種	対象者:生後3か月~6か月未満 (できるだけ早いうちに)	※生後3か月未満で接種を希望する場合は医療機関にご相談ください。
三種混合I期 (DPT) (ジフテリア、百日せき、破傷風)	初回接種	生後3か月~12か月の間に3~8週間隔で3回	生後3か月~7歳6か月未満。
	追加接種	初回接種後、12か月~18か月の間に1回	
麻しん・風しん混合 (MR) (平成18年4月から変更)	1期	生後12か月~2歳未満の間に1回	1歳になりましたら早めに接種しましょう。
	2期	小学校入学前の1年間(4/1~3/31)	接種対象者へ個別通知いたします。
日本脳炎I期 (現在 接種勧奨中止中)	初回接種	3歳に1~4週間間隔で2回	生後6か月~90か月未満 平成23年3月現在 厚生労働省より3歳児の接種が勧奨されています。
	追加接種	4歳に1回(初回接種後、約1年後)	
ヒブ(インフルエンザ菌b型ワクチン)	任意接種	生後2か月~5歳未満 1回~4回(年齢によって接種回数異なります)	予防票は医療機関においてあります。
小児用肺炎球菌ワクチン			

ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチンの接種にあたっては、最新の情報をご確認ください。

ワクチン相談窓口(任意接種) ☎671-4183 FAX664-7296

