

▶高齢者肺炎球菌ワクチン 定期接種

65歳以上の定期予防接種対象者には4月8日(月)までに個人通知書の発送を予定しています。

接種期間 4月8日(月)~2020年3月31日(火)

対象

①2019年に次の年齢になる人

Table with columns: 年齢, 生年月日. Rows for ages 65, 70, 75, 80, 85, 90, 95, 100+.

②60歳以上65歳未満(接種日当日)で、身体障がい1級と認定されている心臓・腎臓・呼吸器機能障がいのある人、およびヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある人

申込方法 課税世帯(2,500円負担)の人は直接、右表「市内協力医療機関」へお問い合わせください。

※免除申請される人および右表「市内協力医療機関」以外の医療機関で接種される人は、接種前に健康推進課までお申込みください。

持ち物 健康保険証や各種受給者証など本人確認できるもの、個人通知書、対象②の人は身体障害者手帳

高齢者肺炎球菌任意接種費用の一部助成

4月8日(月)~2020年3月31日(火)に任意で接種される費用の一部を助成します。

問予防係(☎983-1117)

市内協力医療機関

Table with columns: 医療機関名, 住所, 電話番号, 予約. Lists various medical facilities and their details.

※小糸医院は木曜日の午後のみ予約要。

▶はつらつ健康教室

介護予防を目的に体操、ゲーム、季節の行事、茶話会などで閉じこもりを予防し、健康の増進を図ります(月2回程度、全22~24回)。

対象 市内在住の65歳以上で外出の機会の少ない人(介護保険の通所系サービスや、他の介護予防教室利用者は除く)

参加費 1回100円(内容により実費負担あり)

申込み・問合せ 4月19日(金)必着で、申請書に必要事項を記入し健康推進課へ郵送または直接窓口へ

Table with columns: 場所, 日時, 定員. Lists classroom locations and schedules.

(申請書は健康推進課、教室会場に設置しているほか、市ホームページからダウンロードできます) ※定員超過の場合は抽選。電話での申込不可。

問健康増進係(☎983-1116)

「やわた健幸づくり推進連携協定」

締結先のカーブスとの共催事業

自分からの状態をチェック・把握することで、これからの健康のために何を備えればよいかかわかります。専門スタッフからのアドバイスも受けられます。男女問わずご参加いただけます!

30分、②4月16日(火)午前10時~午後1時、午後2時~4時30分※参加費無料。時間内はいつでもお越しいただけます。



からだ衰え度チェック

▶抗体を失った子どもの予防接種費用を助成

市では、骨髄移植などの医療行為により、過去に接種した定期予防接種の抗体を失った子どもが再度の予防接種を受ける場合に要する費用を助成します。

対象 ①接種日において市に住所を有する20歳未満の人、②骨髄移植などの医療行為により、過去に接種した定期予防接種の抗体を失ったため、再接種の必要があると医師に判断されている人

問予防係(☎983-1117)

がん検診等の申込みが5月からはじまります! 左記の検(健)診が、同時に複数申込みできます。自己負担金は無料です。



申込みの「検(健)診のお知らせ」に添付される検(健)診申込ハガキまたは健康推進課窓口でお申し込みください(電話での受付はできません)。

問保健係(☎983-1115)

「健康マイレージ事業」が新たに

「やわた未来いきいき健幸プロジェクト」として

生まれ変わります!

これまでの、チャレンジシートの用紙にご自身で活動を記入いただき、ポイント計算をしていましたが、「やわた未来いきいき健幸プロジェクト」では、参加者の皆さまに活動量計を配布し、皆さまの健康な生活に直結する歩数や体組成などの数値をもとにポイントを付与する仕組みになります。



活動量計

イブ)は、最大6,000円と昨年度までから大幅増!

事業に参加することで健幸になり、大きな褒美がもらえる魅力的な内容になっています。

事業の詳細、募集時期などにつきましては、順次広報でお知らせします。



平成30年度の健康マイレージ事業の報告

平成30年度の健康マイレージ事業は、561人にご参加いただきました。参加者アンケートは、「毎日運動をする習慣がついた」「継続することが大切だと思った」との声が多数寄せられました。

また、ダブルチャンスの公開抽選会では、合計50人が「四季彩館施設利用券」や健康グッズが選べる「カタログギフト」に当選されました。おめでとうございます。

問健康増進係(☎983-1116)

保健医療

◆保健コーナーに関する問い合わせは、健康推進課へ（個別に問い合わせがあるものを除く）。
 ◎乳幼児健診や予防接種を受ける前に、あらかじめ質問票や予診票を記入してから会場までお越しください。
 ◎予防接種を受ける前に、冊子「予防接種と子どもの健康」をよくお読みください。
 ◎母子健康手帳を忘れずに持参ください。

4月の各種健康相談

▼窓口健康相談（要予約）
16日（火）母子健康センター 40歳以上が対象。保健師が健康に関する相談に応じます。
▼高齢者健康相談
18日（木）南ヶ丘老人の家
23日（火）有都交流センター・有都福祉交流センター（要予約）
25日（木）八寿園 65歳以上が対象。血圧測定と検尿の後、保健師が健康相談に応じます。

※時間は午前9時30分～11時。有都交流センター・有都福祉交流センターは午後1時～2時。
 ※窓口健康相談、高齢者健康相談の有都交流センター・有都福祉交流センター実施分は事前に保健係（☎983-1115）へ予約を。

離乳食教室

日時 4月11日（木）午後1時30分～3時30分
 場所 文化センター3階第4、6講習室
 定員 おおむね先着15組
 持ち物 エプロン、手拭き、筆記用具、おむつ、ミルク、母子健康手帳
 申込み 4月8日（月）までに電話で保健係（☎983-1115）へ（当日欠席のときは必ず連絡してください）

休日応急診療所
 ☎983-3001
 診療日 日曜日・祝日・年末年始
 場所 八幡園内73-3（市役所北側）
 診療科目 内科・小児科
 受付時間 午前11時30分～午後5時30分
 診療時間 正午～

小児救急医療
 次の医療機関では、休日・夜間に小児専門医が当直し、小児救急患者を診察します。
 ●男山病院（☎983-0001）
 毎週金曜日（祝日は除く）
 午後6時～翌朝8時
 ●宇治徳洲会病院（☎0774-20-1111）
 診療時間は直接病院へお問い合わせください。
 ●田辺中央病院（☎0774-63-1111）
 24時間365日

小児救急医療電話相談
 ☎8000 または ☎661-5596
 小児科担当看護師や小児科医師が、休日・夜間の電話相談に応じます。
 相談時間 午後7時～翌朝8時
 ※土曜日は午後3時～翌朝8時

4月の乳幼児健康診査・すこやか子ども相談のご案内 閩保健係（☎983-1115）

事業名	会場	日程	受付時間	対象	5月の日程
4カ月児健康診査	母子健康センター	17日（水）	午後1時～2時	平成30年12月1日～12月20日生	10日（金） 29日（水）
10カ月児健康相談	母子健康センター	19日（金）	午前9時30分～10時30分	平成30年5月1日～5月25日生	7日（火） 24日（金）
1歳8カ月児健康診査	母子健康センター	12日（金） 22日（月）	午後1時～2時	平成29年7月24日～8月9日生 平成29年8月10日～8月29日生	15日（水）
3歳児健康診査	母子健康センター	23日（火） 24日（水）	午後1時～2時	平成27年10月生	21日（火） 22日（水）
すこやか子ども相談 ※①	母子健康センター	4日（木）	午前9時30分～10時30分	0歳から就学前までの乳幼児で希望があれば、当日母子健康手帳を持って直接会場へお越しください。（予約不要）	9日（木）
	八幡人権・交流センター	5日（金）			10日（金）
	子ども・子育て支援センター（すくすくの杜）	8日（月）			13日（月）
	子育て支援センター（あいあいポケット）	10日（水）			8日（水）

※各健診の対象者には通知しています。

※①子育て支援センター（あいあいポケット）には駐車場がありません。子ども・子育て支援センター（すくすくの杜）は、南玄関が出入口となります。

けんこう大使 やわたん



【持ち物】母子健康手帳、質問用紙

【健診内容】身体計測、内科診察（健診のみ）、育児相談、発達確認、栄養相談をします。

◎10カ月児健康相談はふれあい遊び、読み聞かせ、歯みがき指導があります。当日、子ども用の歯ブラシをプレゼントします。

◎1歳8カ月児健康診査、3歳児健康診査は歯科健診、歯みがき指導があります。歯ブラシをお持ちください。

◎3歳児健康診査は視力検査と尿検査があります。尿検査は、健診当日の朝の尿を容器にとってお持ちください。

【すこやか子ども相談内容】身体計測、育児相談、栄養相談、ふれあい遊びをします。身体計測については、2歳までのお子さんが対象となります。

定期予防接種のお知らせ 閩保健係（☎983-1115）

【集団予防接種】

BCG予防接種

生後1歳に至るまで（標準的には生後5カ月～8カ月に達するまで）に1回接種を受けてください。事前の予約は不要です。

日時・場所 4月10日（水）午後1時20分～2時20分・母子健康センター

持ち物 母子健康手帳、予診票

次回の接種日は、5月9日（木）です。

【個別予防接種】

対象者には個別通知を行っています。送付された予診票と母子健康手帳、健康保険証など、住所が確認できるものを必ず持参して、予診票裏面の指定医療機関にて対象年齢内に接種を受けてください。

ヒブ・小児用肺炎球菌、B型肝炎、四種混合（ジフテリア・破傷風・百日咳・ポリオ）、麻しん風しん混合（MR）、水痘、二種混合（ジフテリア・破傷風）、日本脳炎（※①）、子宮頸がん予防ワクチン（※②）

※①特例対象者（平成11年4月2日～平成19年4月1日生）に当てはまる人で日本脳炎の接種が完了していない人は、20歳未満の間に接種可能。

※②現在、積極的勧奨（個別通知）を行っていません。接種にあたってはその有効性と副作用が起こるリスクを十分に理解した上で受けるようにしてください。

【注意事項】

◆接種の際は、母子健康手帳・予診票が必ず必要です。（個別接種の場合は、健康保険証などの住所が確認できるものも必要）

◆母子健康手帳・予診票を忘れた場合、接種を受けることができませんのでご注意ください。

◆通知が届かない人や転入された人、予診票を紛失された人は健康推進課まで申し込みください。（電話申込可）

◆市外での接種を希望する人は、2週間前までに健康推進課へご連絡ください。

元気アップ体操教室

音楽体操、筋トレ、脳トレ、ストレッチ、体の動きをよくする体操など、動いて笑って、体と頭と心を元気にする体操教室です。会場毎に週

1回開催。

参加費 1回500円（初回は参加費無料。お得なパスポートもあります）

☎・閩NPO法人元気アップAGEプロジェクト（☎080-4242-4734）

場 所	日 時
① 文化センター	4月8日、15日、22日。各日月曜日。午後2時30分～4時
② 地域包括ケア複合施設YMBT	4月2日、9日、16日、23日。各日火曜日。午後2時30分～4時
③ 川口コミュニティセンター	4月10日、24日。各日水曜日。午後2時～3時30分
④ 山柴公民館	4月12日、26日。各日金曜日。午後2時～3時30分
⑤ よりば路（京都八勝館横）	4月5日、12日、26日。各日金曜日。午前10時～11時30分

マタニティスクール

これからお父さん、お母さんになる人が対象。申し込みは電話で健康推進課へ（いずれも先着20組）。

パート1「デンタルケア&絵本」
 ▶4月5日（金）午後1時30分～3時30分、母子健康センター2階

パート2「体重管理のコツと簡単レシピ（試食）&先輩ママとの交流会」
 ▶4月11日（木）午後1時30分～3時30分、文化センター3階第6講習室

パート3「出産の準備と育児」
 ▶4月20日（土）午前9時30分～正午、母子健康センター2階

※次回は6月です。
 閩保健係（☎983-1115）