



## 親と子の健康づくり 場所・圃飯岡保健センター(☎57-3113)

種別	期日	受付時間	対象・内容	
健康診査	乳児健康診査	12月4日(月)	平成29年7月17日～8月4日生	
		12月18日(月)	平成29年8月5日～20日生	
	1歳6か月児健康診査	12月6日(水)	12:50～13:10	平成28年4月26日～5月26日生
		12月13日(水)		平成28年5月27日～6月14日生
	2歳児歯科健康診査	12月7日(木)	9:00～9:20	平成27年5月24日～6月14日生
12月21日(木)		平成27年6月15日～7月11日生		
3歳児健康診査	12月15日(金)	12:50～13:10	平成26年6月23日～7月10日生	
教室	子育て学級	12月12日(火)	平成29年8月21日～10月31日生の第1子と保護者 内容: ベビーマッサージや育児の情報交換など	
	両親学級	12月12日(火)	9:00～9:15 お産の経過と呼吸法、赤ちゃん抱っこ体験など	
		12月25日(月)		沐浴実習、妊婦体験など
離乳食教室 ※申込制	12月26日(火)	9:30～9:45	平成29年7月～8月生 内容: 離乳食の進め方(講話、調理実習)	



## 健康インフォメーション

### 特定不妊治療費を助成します

不妊治療のうち、高額で医療保険が適用されない体外受精と顕微授精に要する費用の一部を助成します。

**助成条件**／●千葉県特定不妊治療費助成事業の助成決定を受けていること ●夫と妻が申請日の1年以上前から市内に住所があり居住していること ●申請日において、市税の滞納がないこと ●婚姻をしていること

**助成額**／不妊治療に要した費用から、千葉県特定不妊治療費助成事業による助成額を引いた額の2分の1 ※年額10万円を上限。

圃健康管理課庶務企画班(☎63-8766)

### 滝郷診療所の診療日・受付時間

診療日／月・火・木・金曜日 ※祝日、年末年始を除く。

受付時間／午前8時30分～11時30分、午後1時30分～4時30分

科目／内科、小児科(1歳以上)、予防接種

圃滝郷診療所(☎55-3017)

### 献血に協力を!

期日	場所・受付時間
12月14日(木)	干瀧支所 14:30～16:00



※献血カードを持っている人は持参してください。

圃健康管理課庶務企画班(☎63-8766)



## 予防接種 圃旭市保健センター(☎63-8766)

【集団接種】 場所: 旭市保健センター

種別	期日	受付時間	対象
BCG	12月20日(水)	13:15～13:45	生後12か月未満

【定期個別接種】 場所: 各指定医療機関

種別	対象
ヒブ	生後2～60か月未満
小児用肺炎球菌	生後2～60か月未満
四種混合、ポリオ	生後3～90か月未満
水痘	生後12～36か月未満
麻しん・風しん混合	1期: 生後12～24か月未満 2期: 平成23年4月2日～24年4月1日生
日本脳炎	1期: 生後6～90か月未満 2期: 9～13歳未満 特例対象: 平成19年4月1日以前生まれの20歳未満で、接種を完了していない人
B型肝炎	1歳未満
高齢者肺炎球菌	65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳の人、60～64歳で心臓などに障害のある人 ※4月2日(日)～平成30年4月1日(日)に対象年齢になる未接種者に3,000円を助成(助成は1回限り)。助成期間は平成30年3月31日(土)までです。
高齢者インフルエンザ	65歳以上の人、60～64歳で心臓などに障害のある人 ※1,000円を助成



## 健康ワンポイントアドバイス

## 赤ちゃんが泣くこと

出産後の育児にママたちは精一杯頑張っています。寝不足やホルモンバランスの変化などで疲れやすく、心配や不安で涙もなく涙が出ることもあります。そんなときに赤ちゃんが泣くとさらにつらく感じます。

## 赤ちゃんが泣くのは生命力の現れ

赤ちゃん訪問で「今は良いけどいつもはよく泣いて困ります」というママの声を聞きます。泣かれると放置できないのが親心。どんなことを心掛けるとよいでしょうか。オムツがぬれていないか、お腹がすいていないか、体調不良がないかを確認します。それでも泣きやまないときは、赤ちゃんの気持ちの切り替えができるか試してみます。抱きしめて心臓の音を聞かせる、くすぐる、スキンシップをとる、家の中の探検や散歩をする、鏡を見せる、いないいないばあをする、ボールを転がす、音のするおもちゃやビニール袋を利用するなど、五感に働き掛けてみましょう。抱き癖は心配しないで、抱っこで安心させてあげましょう。



## 泣きやまないときはどうしたらいいの

何をしても泣きやまないときはあります。焦りが募りつらいと感じたら、赤ちゃんを安全な場所に寝かせ、一旦離れて深呼吸するのも一つの方法です

家事がしたいときに泣き始めたら、おんぶで体を接触させましょう。日中に起こし活動することで、寝かせても起きにくくなります。

## 泣くのは成長の証

赤ちゃんは日々あらゆる刺激を感じ、体の動かし方や自分の気持ちと向き合う方法を学びます。泣くことで安心感や心地良さを満たされると、大人になっても人に話して相談でき、解決する力に繋がります。子どもの育つ力を信じて見守ることも大切です。

【健康管理課保健師】

旭中央病院便り  vol. 64

<http://www.hospital.asahi.chiba.jp/>

岡旭中央病院 ☎63-8111 ・代表

## 年末年始の診療案内

12月29日(金)～平成30年1月3日(水)まで休診となります。救急外来は通常通り診療を行います。

## 「旭中央病院附属看護専門学校生」を募集

平成30年度の看護学生を募集します。

募集人員／●一次募集：約10～20人 ●二次募集：若干名

受験資格／●高等学校卒業、または同等以上の資格を有する人 ●平成30年3月高等学校を卒業見込みの人

試験科目／国語(古文・漢文除く)、コミュニケーション英語Ⅰ、数学Ⅰ、面接

願書受付期間／●1次：12月19日(火)～平成30年1月5日(金) ●2次：平成30年1月24日(水)～2月6日

(火)

試験日／●1次：平成30年1月12日(金)、13日(土)

●2次：平成30年2月16日(金)、17日(土)

## 第63回市民健康講座を開催します

日時／12月9日(土) 午後2時～4時

場所／本館3階しおさいホール

内容／●講演1「入れ歯で若く美しくー正しい知識とお手入れ方法ー」(歯科口腔外科：外口晴久歯科技工士)

●講演2「冬季の感染対策ーインフルエンザと胃腸炎に関してー」(感染対策室：宮本頼子感染管理認定看護師)

がんの経験者に仲間として相談できます  
「ピア・サポーターズサロン ちば」

千葉県の養成研修を受けたピア・サポーター(がん経験者)が、患者や家族の悩みを聞き体験を話します。当院に通院していない人も無料で参加でき、事前申し込みも不要です。

日時／12月18日(月) 午前10時～午後3時(入退室自由)

場所／2号館1階医療連携福祉相談室