



健康ワンポイントアドバイス

命の尊さを学ぶ 「赤ちゃんふれあい体験教室」

市では市内の中学3年生に対し、命の尊さを真剣に考える場として、赤ちゃんふれあい体験教室を開催しています。生命の誕生や、思春期の心と体の変化について講義を受けた後、赤ちゃんとの触れ合いや、母親との交流が行われます。事前学習として、赤ちゃん人形や妊婦体験セットが貸し出され、命の大切さや赤ちゃんのイメージなどについて学びを深めています。

平成30年度に行ったアンケートでは、体験教室に参加した生徒の考え方や感じ方が、良い方向に変化していることが分かりました。

思春期になればなるほど、子から親へ感謝の気持ちを伝えることや、親から子へ「あなたが大切な存在である」と伝える機会が減っていく家庭も多くなります。体験教室の中では、実際に赤ちゃんに触れ合った貴重な体験を通して、家族で命の大切さについて話し合う機会を作ってほしいと呼び掛けています。皆さんも今一度、命の大切さについて考えてみませんか。



今後も市では、妊娠や出産、育児についての正しい知識だけでなく、思春期の心や体についての学びを深める機会を提供していきます。一人一人が今後の人生の中で、自分と相手を大切に作る生き方を考え、行動することができる知識を身に付けられるよう、各中学校と連携しながら進めます。

【健康管理課保健師】

旭中央病院便り vol. 88

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

岡旭中央病院(☎63-8111・代表)

年末年始の診療案内

年末年始の休診日は次のとおりです。救急外来は通常通り診療を行います。

院外処方せんの使用期限は、発行日も含めて4日間なので注意してください。

令和元年12月					
27日 (金)	28日 (土)	29日 (日)	30日 (月)	31日 (火)	
通常診療	休診		特別診療日	休診	

令和2年1月					
1日 (水・祝)	2日 (木)	3日 (金)	4日 (土)	5日 (日)	6日 (月)
休診					通常診療

健康意識を高めよう 12月7日は市民健康講座

日時／12月7日(土) 午後2時～4時(開場は午後1時30分)

場所／本館3階しおさいホール

内容／●講演1「健康長寿社会の実現に向けて～人生100年時代を生き抜くための5つの鍵(5K)～」(循環器内科主任部長：神田順二医師) ●講演2「健康な食生活を送るために～最近の過食症治療の話題を交えて～」(神経精神科医員：大迫鑑頭^{のりあき}医師)

入場料／無料

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」

がん経験者であるピア・サポーターが、仲間として患者や家族の悩みを聞き体験を話します。参加費や事前申し込みは不要で、途中の入退室もできます。

日時／12月16日(月) 午前10時～午後3時

場所／2号館1階医療連携福祉相談室



親と子の健康づくり 場所・岡飯岡保健センター(☎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 2日(月)	令和元年7月29日～8月12日生
		12月16日(月)	令和元年8月13日～26日生
	1歳6か月児健康診査	12月11日(水)	平成30年4月19日～5月13日生
		12月25日(水)	平成30年5月14日～6月10日生
	2歳児歯科健康診査	12月 5日(木)	平成29年6月 4日～23日生
		12月19日(木)	平成29年6月24日～7月17日生
	3歳児健康診査	12月13日(金)	平成28年6月 5日～25日生
相談	母乳相談 ※申込制	12月10日(火)	9:00～ 9:15 助産師の講話、授乳方法の指導など
教室	両親学級	12月 6日(金)	9:00～ 9:15 妊娠中の過ごし方と注意点、お口と歯の健康、栄養(調理実習)
		12月24日(火)	お産の経過と呼吸法、赤ちゃん抱っこ体験など
	離乳食教室 ※申込制	12月20日(金)	9:30～ 9:45 令和元年7月～8月生 内容：離乳食の進め方(講話、調理実習)
	子育て学級	12月24日(火)	9:15～ 9:30 令和元年8月21日～10月31日生まれの第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



健康インフォメーション

健康づくりのきっかけに
「あさひ健康応援ポイント」

健康診断の受診やスポーツ大会への参加など、健康に対する取り組みを行うと、抽選で景品が当たります。

対象／市内在住で18歳以上の人

期間／平成31年3月1日(金)～令和2年2月29日(土)

応募期限／令和2年3月5日(木)

応募用紙と応募箱設置場所／市役所本庁、旭市保健センター、飯岡保健センター、海上健康増進センター、干潟公民館ほか

応募方法／500ポイント以上たまったら、専用の応募箱に投函するか、郵送、ファクスで応募してください。

☎岡健康管理課庶務企画班(☎63-8766)

ヒトパピローマウイルス感染症(子宮頸がん)
予防ワクチンの接種

ヒトパピローマウイルス感染症(子宮頸がん)予防ワクチンの接種は積極的に勧めていませんが、対象年齢内であれば無料で受けられます。ワクチンの有効性とリスクについて、十分理解をした上で接種を受けてください。接種を希望する場合は健康管理課に問い合わせてください。

対象者／小学校6年生～高校1年生相当の女子

岡健康管理課予防班(☎63-8766)

献血に協力を！

期 日	場 所	受付時間
12月 3日(火)	飯岡保健センター	10:00～11:45 13:00～16:00

※献血カードを持っている人は持参してください。

岡健康管理課庶務企画班(☎63-8766)



予防接種 岡旭市保健センター(☎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11日(水)	13:15～13:45	生後12か月未満

【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
小児の肺炎球菌	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25年4月2日～26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、接種していない人
B型肝炎	生後12か月未満
成人男性 麻しん・風しん混合 (風しん抗体検査の結果が陰性の場合)	昭和37年4月2日から54年4月1日までの間に生まれた男性 ※今年度にクーポン券が届いているのは、昭和47年4月2日から昭和54年4月1日までに生まれた男性です。
高齢者の肺炎球菌	65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳以上の人、60～64歳で心臓などに障害のある人
高齢者のインフルエンザ	65歳以上の人 ※1,000円を助成(12月中に接種ができない場合は、問い合わせてください)。