



親と子の健康づくり

☎問健康づくり課母子保健班(☎63-8711)

場所：旭市保健センター

種 別	期 日	対 象・内 容
健康 診 査	乳児健康診査	令和 5年 8月28日～ 9月25日生まれ
	1歳6か月児健康診査	令和 4年 6月 4日～ 7月 4日生まれ
	2歳児歯科健康診査	令和 3年 7月30日～ 8月18日生まれ
	3歳児健康診査	令和 2年 7月11日～ 7月31日生まれ
相談 (申込制)	歯科相談	歯科医師による診察と歯科衛生士による歯磨き指導
	離乳食教室(前期)	対象：令和5年7月～9月生まれ 内容：離乳食(初期・中期)の進め方など
	両親学級	妊娠中の過ごし方と注意点、お口と歯の健康、赤ちゃんとお母さんの栄養、パパには妊娠中の心得・できること
	子育て学級	対象：令和5年8月11日～10月15日生まれの第1子 内容：遊びの紹介や救急法(パパも参加できます)



健康インフォメーション

クーポン券を利用して 風しん抗体検査を受けましょう

風しん抗体検査の対象になる男性は、過去に公的な予防接種が行われなかったため、ほかの年代よりも風しんの抗体が低く、感染するリスクが高いです。

風しんは自覚症状が少ないため、気付かないうちに周囲の人たちに感染を広げてしまう恐れがあります。妊娠初期の女性が感染すると、目や耳、心臓に障がいが起こる先天性風しん症候群の赤ちゃんが生まれてくる可能性が高くなります。自分や家族、これから生まれてくる子どもを守るために、風しん抗体検査を受けていない人は、クーポン券を利用して早めに検査を受けましょう。

検査の結果、予防接種が必要と判定された場合は、早めに接種を受けましょう。対象者は、右記の表で確認してください。転入者でクーポン券を持っていない人は、健康づくり課の窓口で申請が必要です。

問健康づくり課成人保健班(☎63-8766)

インフルエンザの流行が続いています

手洗いやマスクの着用など、基本的な感染対策を心がけましょう。

重症化予防のため、予防接種を受けることも検討しましょう。接種費用の助成期間など、最新の情報は市ホームページで確認してください。

問健康づくり課成人保健班(☎63-8766)

献血に協力を！

期 日	場 所	受付時間
1月28日(日)	ショッピングセンター サンモール	10：00～12：00 13：30～16：00

※献血カードを持っている人は持参してください。

問健康づくり課庶務企画班(☎63-8831)



予防接種 問健康づくり課(☎63-8711)

【集団接種】 場所：旭市保健センター

種 別	期 日	受付時間	対 象
B C G	1月12日(金)	13：15～13：40	生後5～12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
4種混合	生後 2～90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29年4月2日～平成30年4月1日生まれ
日本脳炎	1期：生後6～90か月未満 2期：9～13歳未満 特例対象者：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
ロタウイルス感染症	ロタリックス：出生6週0日後から24週0日まで
	ロタテック：出生6週0日後から32週0日まで
ヒトパピローマウイルス感染症	●小学6年生～高校1年生相当の女子 ●平成9年4月2日～平成19年4月1日生まれの女子で、定期回数の3回接種をしていない人(キャッチアップ接種)
高齢者の肺炎球菌	65・70・75・80・85・90・95・100歳、60～64歳で心臓などに障がいのある人 ※令和5年4月2日～令和6年4月1日に対象年齢になる、23価肺炎球菌ワクチンを今までに一度も接種していない人に限り、3,000円を助成(助成は1回)。助成期間は3月31日(日)までです。
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日から昭和54年4月1日までの間に生まれた男性 ※クーポン券を使用して風しんの抗体検査が済んでいない人は、令和4年度に発行したクーポン券を使用してください(転入の人も含む)。

Healthy Square



健康ワンポイントアドバイス

心を健康に育てるために
子どもは褒めて伸ばそう

「褒める子育て」の効果は

子どもは褒められることで「自分のことを見てくれている」と実感でき親子の信頼関係が深まり、自信が持て何事にも前向きに取り組めるようになります。また自分の行動で相手がどのような気持ちになるのかを想像して、ほかの人に優しく接するようになります。

4つのテクニックで「褒め上手」に

●今できていることを見つけよう

普段の行動や、当たり前前の行動に注目し「これからも続くといいな」と思う行動を見つけて褒めましょう。

●「いいな」と思った「そのとき」に

結果だけでなく、努力など頑張りのプロセスを具体的に褒めましょう。そのときに感じた気持ちをそのままの言葉で伝えたり、抱きしめたり、第三者に伝えたりすることも効果的です。

●ほかの子と比べず、過去からの成長を褒めよう

「すぐに泣く子」「よく動いて活発な子」など、人にはそれぞれ個性があります。個性に良い・悪いはありま



せん。過去と比較して成長したところを褒めてあげると、今後の励みになります。

●褒めっぱなしにはせず、次の行動を見届けよう

子どもは「また褒められたい」と思っています。繰り返し褒めてあげましょう。褒めることで次も頑張る子もいれば、プレッシャーを感じてしまう子もいます。どのような褒め方で喜ぶかなど、子どもの反応を見ながら個性に合わせて伝えることが大切です。

親も自信を持って子育てを

子育ては、性能の高い育児用品などによって物理的には便利になりましたが、少子化や核家族化による育児での孤立や、インターネット上にさまざまな情報があふれていることにより不安感が増してしまうなどの辛さもあります。大人同士も互いに褒め合い、心の健康を保って充実した子育てを行いましょう。

【健康づくり課 保健師】

旭中央病院便り



<https://www.hospital.asahi.chiba.jp/>
岡旭中央病院(☎63-8111・代表)

年始の診療案内

1月1日(月・祝)～3日(水)は休診となり、4日(木)から通常診療を開始します。救急外来は休診期間も診療しますが、混雑し長時間お待ちいただく場合があります。

旭中央病院附属看護専門学校
一般選考二次募集

看護専門学校では、令和6年4月生を募集します。
試験日／筆記：1月12日(金) 面接：1月13日(土)
※面接は、筆記試験合格者のみ。
試験科目／国語(国語総合(古文・漢文除く)・現代文)、
コミュニケーション英語Ⅰ、数学Ⅰ
募集人数／若干名

願書受け付け締め切り／1月5日(金) ※必着。

くわしい内容は、学校ホームページを確認してください。



学校ホームページ

健康づくり出前講座を利用しませんか

当院の医師や看護師、医療技術職員が、皆さんの地域に出張して健康講座を実施しています。

地域の集会施設などで10人以上の参加者が見込まれる集会で利用してください。

商業目的や職員研修、施設のプログラムとしての利用はできません。

演題／74演題

費用／無料。会場使用料など、開催に係る費用は申込者の負担となります。

申し込み方法／申し込みフォームか申込書で申し込んでください。演題は、違う分野から第3希望まで選び、開催希望日時も複数記載してください。



演題一覧



申し込みフォーム