



## 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<br>診 査   | 乳児健康診査     | 令和 6年 4月 6日～ 4月30日生まれ                                           |
|             | 1歳6か月児健康診査 | 8月14日(水) 令和 5年 1月11日～ 1月26日生まれ                                  |
|             |            | 8月30日(金) 令和 5年 1月27日～ 2月24日生まれ                                  |
|             | 2歳児歯科健康診査  | 8月 8日(木) 令和 4年 1月 7日～ 1月25日生まれ                                  |
|             | 3歳児健康診査    | 8月 7日(水) 令和 3年 2月 3日～ 3月11日生まれ                                  |
| 相談<br>(申込制) | 離乳食教室(前期)  | 8月 5日(月) 対象：令和6年2月～4月生まれ<br>内容：離乳食(初期・中期)の進め方など                 |
|             | 離乳食教室(後期)※ | 8月 6日(火) 対象：令和5年8月～12月生まれ<br>内容：離乳食(後期・完了期)の進め方など               |
|             | 両親学級       | 8月 2日(金) <small>もくろく</small> 沐浴実習、出産後の手続きなど                     |
|             |            | 8月27日(火) 妊娠中の過ごし方と注意点、お口と歯の健康、赤ちゃんとママの栄養<br>パパには妊娠中のパパの心得・できること |
|             | 子育て学級      | 8月28日(水) 対象：令和6年4月2日～5月31日生まれの第1子<br>内容：遊びの紹介や救急法(パパも参加できます)    |

※離乳食教室(後期)は、おひさまテラスで実施します。



## 健康インフォメーション

### 無料の歯周病検診を実施中

9月30日(月)までに受けましょう

対象／本年度20・30・40・50・60・70歳になる人

場所／市内の指定歯科医院

※対象者には受診券が届いています。転入などで届いていない人は、連絡してください。

☎問健康づくり課成人保健班(☎63-8766)

### HPVワクチンのキャッチアップ接種

無料接種が本年度末で終了します

子宮頸がんの原因となるHPV(ヒトパピローマウイルス)の感染を防ぐワクチンについて、接種の推奨を控えていた時期の対象者に、無料接種の機会を令和7年3月31日(月)まで提供しています。3回接種を完了するには6か月程度かかるため、希望する人は早めの接種を検討してください。

対象／平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの女子

※対象者には令和4年度に案内と予診票が届いています。既に接種を受けた人にも案内が届いている場合があるため、接種履歴を母子健康手帳などで必ず確認してください。転入などで届いていない人は、連絡してください。

☎問健康づくり課母子保健班(☎63-8711)

### 献血に協力を！

| 期 日      | 場 所      | 受付時間                       |
|----------|----------|----------------------------|
| 8月 5日(月) | 旭市保健センター | 10:00～11:45<br>13:00～16:00 |
| 8月22日(木) | 市役所      | 10:00～11:45<br>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。

☎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        |
|-----|----------|-------------|------------|
| BCG | 8月16日(金) | 13:30～13:50 | 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                                                                 |
| 5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<br>2期：平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれ                                 |
| 日本脳炎           | 1期：生後6～90か月未満<br>2期：9～13歳未満<br>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<br>ロタテック：出生6週0日後から32週0日まで                           |
| 2種混合           | 11～13歳未満                                                                    |
| 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<br>●平成9年4月2日～平成20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歳と、60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいや有する病気で、身体障害者手帳1級の認定を受けている人     |
| 成人男性麻しん風しん混合   | 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で、風しん抗体検査の結果が陰性の人                            |

## Healthy Square



## 健康ワンポイントアドバイス

育児中のたばこが  
子どもに与える影響

たばこの煙には多くの化学物質が含まれ、その中には70種類以上の発がん性物質が含まれています。たばこは吸う人だけでなく、子どもなど周囲の人の健康にも大きく影響を与えます。

## 煙を吸わせないようにしましょう

たばこを吸う人が直接吸い込む煙を「主流煙」、火のついたたばこの先から出る煙を「副流煙」といいます。子どもの喫煙のほとんどが、副流煙を吸ってしまう「受動喫煙」です。

子どもが煙を吸い込むと、ぜんそくや気管支炎などの病気にかかりやすく、乳幼児突然死症候群(SIDS)のリスクが高くなるなど、成長や発達に影響を及ぼします。

最近は煙の少ない電子たばこや加熱式たばこを吸う人も増えていますが、それらから出る蒸気にも有害物質が含まれています。

## 三次喫煙に注意しましょう

煙が消えた後も、髪の毛や身に着けている衣服、部



屋の床や壁、家具にニコチンなどのたばこに含まれる有害物質が付着しています。そのため、部屋の中で過ごす時間が長い小さな子どもは、有害物質を吸い込む三次喫煙の可能性が高くなります。

喫煙後45分程度は、吐く息にもたばこの成分が残るため、煙がないから安心というわけではありません。三次喫煙防止と子どもの健康を守るためには、禁煙が最も効果的です。

## 誤飲に注意しましょう

家庭内で起こる子どもの誤飲事故の約20%が、たばこといわれています。たばこや吸い殻は子どもの目に触れない場所、手の届かない場所に置きましょう。

【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)

## 「がん相談支援センター」を活用してください

当院は「地域がん診療連携拠点病院」に指定されており、その役割の一環として、がんに関する相談窓口を設けています。

がんの診断から治療、その後の療養生活、さらには社会復帰と生活全般にわたっての疑問や心配事があれば、一人で悩まず気軽に「がん相談支援センター」に相談してください。

「不安な気持ちでいっぱい」「医療費のことが心配」「セカンドオピニオンについて知りたい」など、社会福祉士・看護師がさまざまな相談を受け付けます。

当院を受診していない人や、匿名での利用も可能です。  
日時/月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分

※外来休診日を除く。

場所/2号館1階 医療連携福祉相談室

費用/無料 ※予約優先。

問い合わせ先/医療連携福祉相談室(内線2151)

## 「がん患者サロン」のご案内

がんを体験した人や治療中の患者さんと、その家族を対象に「がん患者サロン」を毎月開催しています。

自身の体験や思いを語り合う場として活用してください。参加者からは「参加して良かった」「皆さんと話をしたら気が楽になった」などの感想が寄せられています。

くわしい内容は、病院内に掲示のポスターか、病院ホームページを確認してください。

開催日時/第3月曜日 午後2時～4時

※次回は8月19日(月)に開催。

場所/2号館1階 医療連携福祉相談室

参加費/無料 ※予約不要。

問い合わせ先/医療連携福祉相談室(内線2151)

