

# 健康と衛生



## ■1歳6カ月児健康診査

〔日時〕2月1日(月)受付時間は午後1時～1時30分〔会場〕あいとびあセンター〔対象〕平成20年7月生まれの幼児〔持ち物〕母子健康手帳・問診票・保険証・現在使っている幼児の歯ブラシ  
※対象者には個別に問診票を送付しています。

## ■3歳児健康診査

〔日時〕2月4日(木)受付時間は午後1時～1時30分〔会場〕あいとびあセンター〔対象〕平成19年1月生まれの幼児〔持ち物〕母子健康手帳・問診票・目と耳のアンケート・尿・保険証※対象者には個別に問診票を送付しています。

〔問い合わせ〕健康支援課健康推進係 ☎(3488) 1181



## ■BCG接種

〔日時〕2月2日(火)受付時間は午前10時～10時30分〔会場〕あいとびあセンター〔対象〕生後



## ■認知症予防講座「目と脳イキイキ体操」

〔日程・内容〕▽2月3日(水)目を鍛えよう(脳力ためし)▽10日(水)脳を鍛えよう(視覚認知力を高め、記憶力トレーニングで脳を活性化)▽17日(水)目と脳と身体をスムーズに連動させよう(重心バランス体操、計算力トレーニングで脳を活性化)〔時間〕午後2時～3時30分〔会場〕あいとびあセンター〔対象〕65歳以上の高齢者およびその家族※全回参加できる方〔定員〕先着40人〔講師〕藤川陽一さん(㈱アフアン介護予防運動指導士)〔持ち物〕筆記用具・運動靴

## ■ママ・パパ学級

現在第一子妊娠中のお母さん・お父さんのための3日間の講座です。

〔日程・内容〕▽3月5日(金)妊娠中の生活・家族計画、妊娠体操(実習)▽12日(金)赤ちゃんのいる生活(先輩ママの話)、妊娠中の食事・食事バランスチェック、赤ちゃんともママパパのためのサービス▽28日(日)赤ちゃんの沐浴・おむつ交換(実習)パパのための妊婦体験、育児の話とほのぼのふれあいなど〔時間〕午後1時～4時〔会場〕あいとびあセンター

〔申し込み・問い合わせ〕健康支援課健康推進係 ☎(3488) 1181へ。

## ■2月の介護予防普及啓発事業

▽健美操 (日程)3日(水)講師) 勝島和佳恵さん

▽低栄養にならないための食事 (日程)16日(火)講師) 伊藤和香子さん(管理栄養士)

▽体力測定・健康体操 (日程)25日(水)講師) こまえ苑職員 各日〔時間〕午後1時30分～3時〔定員〕20人※水分は各自準備し、運動の際は動きやすい服装・上履きをお持ちください。〔申し込み・問い合わせ〕1月18日(月)からこまえ苑 ☎(3489) 2417へ。

## ■第11回狛江市医師会市民講座

「歳をとっても脳細胞は増える」脳科学が証明する今より3倍元気になる方法」



## ■フロアー健康相談

自分や家族の健康のこと、食事のこと、子育てのことなど、保健師・管理栄養士・歯科衛生士等が相談をお受けします。〔日時〕1月22日(金)午前9時30分～11時30分〔会場〕あいとびあセンター

## ■育児相談・子どもの身長、体重も測れます

保健師、助産師、管理栄養士、歯科衛生士等が相談をお受けします。〔日時〕1月27日(水)午前9時30分～11時30分〔会場〕あいとびあセンター〔持ち物〕母子健康手帳

## ■犬のしつけ・飼い方相談

犬を飼う前の相談、飼ってからのしつけ方の相談など、東京都動物愛護推進員が相談をお受けします。〔日時〕1月22日(金)午前9時30分～11時30分〔会場〕あいとびあセンター〔定員〕先着6人



〔診療日〕月～金曜日(慈恵第三病院の休診日は除く)〔受付時間〕午後7時～9時30分



〔診療日〕17日・24日・31日〔受付時間〕午前9時～11時30分・午後1時～4時30分〔会場〕あいとびあセンター



○ひまわり ☎(5272) 0303  
http://www.himawari.metro.tokyo.jp/  
○東京消防庁救急相談センター ☎#7119  
○狛江消防署 ☎(3480) 0119

一般廃棄物指定収集袋(有料ごみ袋)紙帯へ掲載する 広告を募集します

〔掲載場所〕指定収集袋紙帯下部広告スペース  
〔広告の大きさ〕指定収集袋ごとに異なります。  
〔掲載料〕30万円  
〔提出書類〕狛江市一般廃棄物指定収集袋(有料ごみ袋)種類で、合計30万セットです。指定収集袋は販売数に合わせ作成するため、指定収集袋ごとの作成数の指定や掲載する指定収集袋の種類はできません。作成数が合計30万セット分になるまで広告を掲載します。

## 麻しん・風しんの予防接種を受けよう

麻しん(はしか)は、春先から初夏にかけて流行する傾向があります。非常に感染力が強く、重い合併症を引き起こすこともあります。予防接種を受けることで、麻しん・風しんとその合併症の発生を予防することが出来ます。

第1期の対象者は、通知が届いたら早めにご受けください。第2期から第4期までの対象者には、平成21年5月に個別に通知を送付しています。4月1日以降の接種は公費負担の対象とならないため、3月末日までに受けましょう。また、救済措置として満2歳以上5歳未満で第1期に未接種だった方を対象に行っている接種も、3月末日で行われます。接種を希望する方はご連絡ください。

期	個別通知対象者
第1期	生後12～24カ月未満
第2期	5歳以上7歳未満 小学校就学前の1年間
第3期	13歳となる日の属する年度(中学校1年生)
第4期	18歳となる日の属する年度(高校3年生)

〔問い合わせ〕健康支援課健康推進係 ☎(3488) 1181