

予防接種忘れていませんか

【麻しん・風しん】

区分	対象年齢	接種期間
1期	1歳以上2歳未満	1歳の誕生日の前日から2歳の誕生日の前日まで
2期	幼稚園年長児に相当する年齢	平成29年3月31日まで

対象年齢を過ぎると費用が自己負担となりますので、ご注意ください。

【二種混合（破傷風・ジフテリア）】

▷対象年齢 11歳以上13歳未満の方

- ◇予防接種をするときは、母子健康手帳を必ずお持ちください。
- ◇県外に避難している方は、避難先の市区町村にお問い合わせください。
- ◇不明な点はお問い合わせください。

ゆったり子育てアドバイス

日に日に厳しい寒さも和らぎ、春の陽気を感じられるようになりました。今回は、3月3日の「耳の日」にちなんで耳のお話をしたいと思います。

● 耳の日（3月3日） ●

「3」は耳の形に似ていることと語呂合わせなどから、3月3日は耳の日と言われています。「耳への感謝」「耳の病気について考える」など、“耳に関心を持つ”という日です。

子どもは耳の病気にかかりやすいので、日頃からお子さまの様子をよく観察しましょう。

* 耳の健康のために

- 鼻をすすらず、ゆっくりと片方ずつかむ習慣を身に付ける
- 耳掃除は綿棒で外耳道を拭き取る程度に行う
- 耳の近くで大きな声や音を出したり、耳をたたいたりしない

* 耳掃除について

- 子どもの耳の皮膚は柔らかく傷つきやすいうえに、じっとしているのが難しいため、耳掃除中に動いてしまい耳の中を傷つけてしまうことがあります。子どもが耳掃除を嫌がる原因は、その痛みがほとんどなのです。
- 嫌がる場合には、耳のマッサージや、耳の表面の掃除などから、徐々に始めましょう。
- 膝枕で耳掃除してもらうことは子どもの癒しの時間にもなりますので、スキンシップだと思って、やさしく耳掃除してあげてくださいね。

* 耳の日の過ごし方

- 耳を澄ませて聞こえてくる音を感じたり、何の音かを当てるゲームをしてみたり、「耳」を意識的に使った遊びをするのもおもしろいかもしれませんね。



子育てに関する悩みは、教育委員会事務局子育て支援係へ ☎0243(62)0170

広げよう
ママ友の輪

今月の
かもめっ子クラブ

- ◆いわき市 3月3日(金) 10時~ 中央台公民館
- ◆郡山市 3月17日(金) 10時~ 郡山市音楽文化交流館 ミュールがくと館
- ◆南相馬市 3月23日(木) 10時~ 高平生涯学習センター

乳がん検診を受けましょう



近年、日本人女性の14人に1人が乳がんにかかると言われていています。

乳がんは女性が一生のうちでいちばんかかりやすいがんですが、小さいうちにみつければ治る可能性の高い病気です。

▷対象者および検査方法

(年齢によって検査方法が異なります)

- 1 40歳以上の女性で偶数年齢の方
視触診および乳房X線撮影(マンモグラフィー検査)
- 2 30~39歳の女性
超音波検査

※1、2とも検診日に浪江町に住所を有する方が対象となります。

※年齢基準日 平成30年3月31日

●平成29年1月末現在、避難先住所が福島県内に登録されている対象者の方には案内を郵送しています。お申込みがまだの方は、日程を確認の上お申込みください。

【乳がん検診日程表】

実施月日	マンモ	超音波	実施場所		受付時間
4月19日(水)	○	-	福島市	笹谷東部仮設住宅東集会所	午前の部 9時~10時 (会津のみ 9時30分~10時30分)
4月20日(木)	○	-	会津若松市	河東農村環境改善センター	
4月21日(金)	○	-	郡山市	南東北総合卸センター	
4月26日(水)	○	○			
5月8日(月)	○	-	いわき市	福島県保健衛生協会いわき地区センター	
5月9日(火)	○	-	福島市	笹谷東部仮設住宅東集会所	
5月10日(水)	○	○	いわき市	福島県保健衛生協会いわき地区センター	
5月11日(木)	○	○	福島市	笹谷東部仮設住宅東集会所	
5月12日(金)	○	○	南相馬市	鹿島区万葉ふれあいセンター	
5月15日(月)	○	○	二本松市	浪江町役場二本松事務所	
5月16日(火)	○	-			
5月17日(水)	○	-	南相馬市	鹿島区万葉ふれあいセンター	
5月25日(木)	○	-			
H30年1~2月 (2か月間)	○	-	福島市内契約医療機関		医療機関が指定する時間

※30~39歳の方は、超音波検査を実施する日を選んでください。

【上記日程で受診できない方】

別日程で、相馬郡、郡山市、いわき市の医療機関での施設検診を実施する予定ですので、お問い合わせください。

●福島県外医療機関での実施は、夏以降を予定しています。案内の準備ができ次第お知らせします。

保健 だより



☎健康保険課健康係 ☎0243(62)0168

▷申込み方法

案内に同封してあるハガキに必要事項を記入の上、お申込みください。

申込み人数が定員を上回った場合、日程変更のご相談をさせていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。

※県外に避難されている対象者の方で、県内での受診をご希望の方はご連絡ください。

※40歳以上の奇数年齢の方で、28年度に受診していない方は受診できますので、ご連絡ください。

▷申込み締切 3月10日(金)必着

▷料金 無料