

健康づくりだより

平成31年4月16日発行

健康づくり課

☎229-3310 FAX 229-3346

保健センターでは、各年代を通して健康づくりができるように、健康相談や健康教室、電話相談を実施しています。お気軽にご利用ください。

保健センター名	問い合わせ	保健センター名	問い合わせ
中央	☎229-3164	安濃	☎268-5800
久居	☎255-8864	香良洲	☎292-4183
河芸	☎245-1212	一志	☎295-0112
芸濃	☎266-2520	白山	☎262-7294
美里	☎279-8128	美杉	☎272-8089

※香良洲・白山・美杉保健センターは、保健師が不在の場合があります。

健康相談、栄養相談

保健師・栄養士による相談を行います。
とき 5月28日(火) 9時30分～11時
ところ 白山保健センター
対象 成人
定員 先着各3人
申し込み 4月23日(火)から白山保健センターへ

精神科医師によるこころの健康相談

とき 5月27日(月)14時～15時30分
ところ 中央保健センター
定員 先着4人
申し込み 4月23日(火)から中央保健センターへ

成人男性の風しん抗体検査と 予防接種の無料実施

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性は、風しんの抗体検査を受け、抗体価が十分でない場合は予防接種ができます。

実施期間 2022年3月末まで

今年度通知対象者 昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性に6月中旬に案内通知(クーポン券)を郵送

※通知が届かない人や津市へ転入した人で希望する場合は、6月中旬以降にクーポン券を発行しますので、お問い合わせください。

検査回数 1回 ※平成26年4月以降の抗体検査の記録がある場合は検査不要

接種回数 1回 ※抗体価が十分でない場合(HI法で8倍以下など)に接種

検査・接種場所 協力医療機関

※平成31年2月以降に、風しんの抗体検査、予防接種を自費で接種した場合、費用の一部を助成します。領収書、検査結果などが分かるものがが必要です。詳しくは健康づくり課または各保健センターへお問い合わせください。

マタニティー倶楽部

対象 妊婦とその家族
申し込み 前日までに各保健センターへ

ところ (保健センター名)	とき(5月)	内容など
中央	15日(水) 13:30～15:15	元気に妊娠・出産・育児のできる身体をつくろう(助産師)
久居	20日(月) 10:00～11:45	赤ちゃんと楽しむ絵本(図書館職員)、赤ちゃんと生活(保健師)

赤ちゃんの離乳食教室

内容 妊産婦、乳幼児と保護者を対象に栄養士による話やメニューの紹介

定員 芸濃保健センター先着30人、久居保健センター先着20人 ※初めての人優先

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル

申し込み 4月24日(水)から各保健センターへ

	ところ (保健センター名)	とき (5月)	対象
赤ちゃんの離乳食教室《スタート編》	芸濃	17日(金) 10:00～11:30	妊婦、離乳食開始前または開始したばかりの乳児を持つ保護者
幼児食へつなごう! 離乳食教室《ステップアップ編》	久居	24日(金) 10:00～11:30	離乳食に不安がある、生後10カ月ごろからの乳幼児を持つ保護者

津市救急・健康相談ダイヤル24のご案内 (24時間年中無休、通話料・相談料は無料)

☎0120-840-299

医師や看護師など専門スタッフが、相談にお答えします。

受診可能な医療機関のご案内(24時間年中無休)

三重県救急医療情報センター

コールセンター ☎229-1199

救急医療情報医療ネットみえ

PC版・スマートフォン版 <http://www.qq.pref.mie.lg.jp/>

携帯電話版 <http://www.qq.pref.mie.lg.jp/k/>