

健康づくりだより

令和4年1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、栄養士が健康や栄養に関する相談などをお受けします。

とき 2月21日(月)9時30分～11時

ところ 白山保健センター

対象 18歳以上

定員 先着3人

申し込み 1月24日(月)から同保健センターへ

※各保健センターでは、上記日程以外でも予約による健康相談を随時実施しています。希望する人は最寄りの保健センターへお問い合わせください。

妊産婦教室(マタニティー倶楽部)

とき 2月2日(水)10時～11時45分

ところ 中央保健センター

内容 妊娠中から心掛けること、出産について考えてみよう(助産師)

対象 妊婦とその夫(パートナー)

定員 先着15組程度 ※初めての人優先

申し込み 1月20日(木)から同保健センターへ

離乳食教室(初期)

栄養士が離乳食の作り方の工夫やポイント、とりわけ食などについて紹介します。

とき 2月16日(水)10時～11時

ところ 一志保健センター

対象 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

定員 先着15人程度 ※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 1月21日(金)から同保健センターへ

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 <https://www.qq.pref.mie.lg.jp/>

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

お済みですか？ 成人男性の風しん抗体検査と 予防接種のお知らせ

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 令和4年3月31日(木)まで

抗体検査回数 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

予防接種回数 1回 ※抗体価が十分でない場合(EIA法で6.0未満など)

費用 抗体検査、予防接種とも無料(クーポン券が必要)

実施場所 全国の風しん抗体検査・予防接種医療機関など(要予約)

津市への転入や紛失により、クーポン券を持っていない人は、津市ホームページ内の申し込みフォームや電話、郵送、ファクスで申し込みできます。お急ぎの場合は最寄りの保健センターの窓口で申請すると即日交付できます。

詳しくは津市ホームページをご覧ください。

HP 津市 風しん第5期予防接種

検索



応急措置方法のご案内、医療相談・健康相談など (24時間年中無休、通話料・相談料は無料)

津市救急・健康相談ダイヤル24 ☎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。