

インフルエンザ予防接種 費用の償還払い

平成22年度インフルエンザ予防接種を受けた生活保護世帯、市民税非課税世帯、65歳以上の、就学前までの乳幼児で、助成後の本人負担額以上の料金を支払った人は償還払いの手続きができます。
該当する人は、平成23年3月31日までに手続きしてください。

▼申請場所 市保健センター、有明保健センター、保険・健康増進グループ

▼持参品 インフルエンザワクチン接種の明記がある領収書、生活保護受給証明書、または市民税課税証明書、接種済証、本人確認書類(免許証、保険証など)、振込先の通帳、印鑑

ポリオ(急性灰白髄炎)予防接種

ポリオは「小児まひ」とも呼ばれ、主に四肢の麻痺をおこす恐れのある病気で、人から人へ感染します。感染しないために予防接種が有効です。また、ポリオは2回投与が

必要です。今までに1回投与を受けた人は、今回2回目の投与を受けましょう。

▼対象者 生後3カ月から7歳半未満の人
※なるべく1歳6カ月までに済ませましょう

▼実施日および場所

・市保健センター 3月1日(火)・8日(火)・11日(金)

・有明保健センター 3月4日(金)

▼受付時間 13時10分から13時40分まで

▼接種費用 無料

▼通知 今回初めて対象になる人には通知します

▼持参品 母子健康手帳、予防票

小児生活習慣病予防教室 子どものからだづくりと生活リズム

子どものころからの肥満は長い間からだに負担をかけるため、生活習慣病が早い時期から発症しやすくなります。そのため、子どものうちによい生活習慣を身に付けることが大切です。お子さんの肥満が気になる人は、この機会にぜひ生活習慣を見直してみ

ませんか。

▼とき 3月10日(木) 14時30分から(約2時間)

▼ところ 市保健センター

▼講師 水田舜助先生(水田小児科医院)

▼内容 医師・保健師・栄養士の講話

▼受講料 無料

▼申込期限 3月9日(水)まで

▼申し込み先 市保健センター

動脈硬化予防のための学習会

日ごろの健康管理のコツを学んでみませんか。

「脂質異常予防編」

▼とき 3月3日(木) 13時30分から

▼ところ 市保健センター

▼講師 城谷哲也先生(しるたに内科クリニック)

「高血圧予防編」

▼とき 3月31日(木) 14時から

▼ところ 市保健センター

▼講師 高尾雅巳先生(たかお循環器科・内科)

▼内容 医師講話、食事の話、個別相談

▼申し込み先 市保健センター

両親学級

妊娠中の過ごし方についての学習や赤ちゃんの抱き方、お風呂の入れ方などの体験、妊婦体験キットを利用した妊娠後期の体にかかる負担などの体験ができます。

▼開催日と内容

・毎月第2月曜日：赤ちゃんのお風呂の入れ方、妊婦疑似体験など

・毎月第4月曜日：調理実習

※予約が必要です

▼とき 開催日の10時から

▼ところ 市保健センター

▼対象者 妊婦およびその家族

▼参加費 無料

アレルギー教室

市では、子どもの食物アレルギーで悩んでいる保護者を対象に、アレルギー教室を開催しています。

食物アレルギーで日々大変なのは食事のことです。

この教室では、アレルギーの子どもにも安心して食べられるメニューの調理実習・試食を行います。

同じ悩みを持っている人達

ちで、語らい、交流を深めてみませんか。

▼とき 3月8日(火) 10時から12時30分まで

▼ところ 市保健センター

▼持参品 エプロン、三角巾、母子健康手帳、アレルギー検査の結果

▼申込期限 3月7日(月)まで

▼申込方法 市保健センターへ電話で申し込んでください

※子どもと一緒に参加することができません

▼申し込み先 市保健センター

さくらウォーキング 第2回市民ウォーキング

桜の名所を歩いて、心と体のリフレッシュをしませんか。

▼とき 4月2日(土) 10時から

▼集合場所 島原総合運動公園売店前

▼対象者 どなたでも参加できます

▼内容 花見ウォーキング 4〜5km

▼持参品 タオル、水分補給の飲み物
※雨天時は中止となります