保健だより

乳幼児健康診査

健診(予防接種)内容		日　時	場　所	対　象　者	個別通知
個別健診	1カ月児健診	10月中	県内小児科	令和3年9月生	なし
	3～4カ月児健診	10月中～11月中		令和3年7月生	
	9～10カ月児健診			令和3年1月生	
	1歳6カ月児健診	10月中	医療機関は対象者に個別に通知します	令和2年3月生	あり
	3歳児健診			平成30年3月生	
集団健診	6カ月児健診・BCG接種	10月27日㈬ 受付13:00～13:15	市保健福祉センター 9階	令和3年4月生	あり
	2歳児いい歯健診	10月14日㈭ 受付 8:45～ 9:30		平成31年3月生	
	4歳6カ月児発達検査	10月21日㈭ 受付 9:00～ 9:30		平成29年3月生	

母子健康手帳の交付・各種教室・集団予防接種

内　容	日　時	場　所	対　象　者	申込期限
母子健康手帳の交付	毎週金曜日①13:15～②14:00～③14:45～	市健康推進課	妊娠届出書を取得した妊婦	前日までに要予約
パパママ準備教室（※1）	10月30日㈯ 9:30～12:00（受付9:20～ 9:30）	市保健福祉センター 9階	妊娠6～7カ月の妊婦および配偶者	10月27日㈬
ベビーマッサージ（※2）	10月30日㈯ 10:00～11:30（受付9:50～10:00）		おおむね4～12カ月児	
もぐもぐごっくん教室【初期】（※2）	10月13日㈬ 10:15～11:30（受付10:00～10:15）	青葉ビル 研修室1・2	おおむね5～6カ月児	10月11日㈪
かみかみごっくん教室【中・後期】（※2）	10月20日㈬ 10:15～11:30（受付10:00～10:15）		おおむね7～12カ月児	10月18日㈪

持ち物　※1母子健康手帳、母子健康手帳副読本、バスタオル　※2母子健康手帳、バスタオル

市開設相談

	日　時		場　所	対　象　者	申込期限
栄養相談	10月21日㈭	①14:00～14:50 ②15:00～15:50 ③16:00～16:50	市保健福祉センター 8階	市内に住所がある20歳以上の人	10月18日㈪

問い合わせ…市健康推進課（市保健福祉センター2階）☎22-0179

釜石保健所開設相談

内　容	実施日	実施時間
精神保健相談（こころの相談）	10月27日㈬	13:30～16:00　※予約制
エイズ相談・検査	10月21日㈭	11:00～12:00　※予約制
性感染症検査（性器クラミジア検査・梅毒検査）		
肝炎ウイルス検査（B・C型）		
HTLV－1相談（ヒトT細胞白血病ウイルス-1型相談）・抗体検査		
骨髄バンク登録		14:30～15:00　※予約制

問い合わせ…釜石保健所保健課　☎25-2710

※新型コロナウイルス感染症の状況により、日程を変更する場合があります

ワンポイントアドバイス

お薬手帳について

大槌病院薬剤科　柵山敬司

病院を受診した時や、調剤薬局で薬を受け取る時に「お薬手帳をお持ちですか」と聞かれた経験をお持ちの人が多いと思います。

お薬手帳は、皆さんが使用している薬の名前や使い方などに関する情報を、過去のアレルギーや副作用の経験の有無と併せて経時的に記録するためのものです。

現在使用中の薬はもちろん、過去に使用された薬の情報が手帳に記録されているので、いつでも薬に関する情報を容易に確認することができます。また、診察や調剤を受ける際に、医師や薬剤師にお薬手帳を提示していただくことで、薬の重複や飲み合わせのチェック、アレルギー歴や副作用歴の確認などが可能となるので、より安心して薬を使用していただくことができます。

これまでは、紙のお薬手帳が主流でしたが、そこに電子版のお薬手帳が加わりました。電子お薬手帳は、スマートフォンなどに薬の情報を保管し、紙のお薬手帳と同様に活用するために作られたものです。

【電子お薬手帳だからできること】

- 1つのアプリで複数名のデータを個別に登録することができる
- 災害・緊急時などお薬手帳を持っていない時でも情報を知ることができる
- 服薬中の薬や、過去の薬の履歴を薬剤師と共有することができる

詳しくは、かかりつけ薬局にお聞きください。

…このマークが付いているものは「かまいし健康チャレンジポイント」の対象です

インフルエンザの予防接種を受けましょう

～対策を行って予防しましょう～

保健案内板

【問い合わせ】市健康推進課　☎22-0179

冬を迎える前に、早めに予防接種を受け、日頃から予防と早期の治療を心掛けましょう。子どもや高齢者など免疫力の低下している人は、重篤化することがあるので注意が必要です。

小児インフルエンザ予防接種の接種費用の一部を助成します

助成期間　10月11日㈪～12月17日㈮
対　　象　生後6カ月～18歳（令和3年度内）
助成回数　13歳未満…2回、13歳以上…1回
助成方法　本来の接種料金（各医療機関で異なります）から、接種1回当たり2,000円（市助成分）を差し引きます（申請不要）

接種協力医療機関

〔**釜石市**〕県立釜石病院、(独)国立病院機構釜石病院、釜石ファミリークリニック、神林医院、小笠原内科クリニック、小泉医院、庄子医院、平野内科医院、堀耳鼻咽喉科眼科医院、はまと神経内科クリニック、釜石しょうけいクリニック

〔**大槌町**〕植田医院、藤井小児科内科クリニック、道又内科小児科医院、大槌おおのクリニック、ふじまる内科医院

※接種料金や予約方法は医療機関によって異なります。新型コロナウイルス感染症予防のため、医療機関の混雑を防ぐ必要があります。接種を希望する医療機関に必ず事前に確認をお願いします

高齢者インフルエンザ予防接種

対象者には、10月上旬に案内を郵送する予定です。接種協力医療機関を確認し、接種してください。

助成期間　10月11日㈪～12月17日㈮
対　　象　①接種日現在：65歳以上
②接種日現在：60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能の障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害のある人
※対象年齢に達する前に接種した場合は、接種費用の助成対象となりません。必ず、**誕生日を迎えてから接種**してください
接種費用（自己負担額）　2,000円（生活保護受給者は無料）

新型コロナワクチン接種との注意点

- 新型コロナワクチンとその他のワクチンは同時接種できません
- 新型コロナワクチン1回目と2回目の間で他のワクチン接種は出来ません
- 2回目の新型コロナワクチン接種から、2週間以上空けて他のワクチンを接種しましょう

9月は岩手県自殺防止月間

いのち支える

「岩手県自殺予防宣言」キャッチフレーズ

～みんなでつなごう いのちとこころの絆～

令和2年度の岩手県の自殺死亡率は、6年ぶりに全国で最も高くなりました。

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化するなど、社会的要因により自殺リスクが高まることが懸念されます。岩手県自殺対策協議会は、さまざまな分野の機関との連携や普及啓発活動を推進し、一人でも多くの自殺者を防ぐため取り組みます。

グリーフケア・サロンのご案内

大切な人を亡くした後に、つらく悲しい気持ちが長く続くことがあります。この反応は「悲嘆（グリーフ）」と言われるもので、人によって違いがあります。亡くなった人を時間をかけて大切に位置付けていくためには、さまざまな方法があり、「人に話すこと」もその方法の一つです。大切な人を亡くした同じ経験を持つ人が、お互いの気持ちを分かち合う会を開催します。詳しくは、市健康推進課にお問い合わせください。

問い合わせ　市健康推進課 成人保健係　☎22-0179