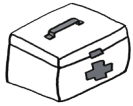


# 健康ひろば



※ このページの内容についての  
問い合わせは  
総合福祉センターへ

(☎ 23-1313)

## ♥ 4月こどもの健康カレンダー

日	曜	予防接種など	受付時間	会場
2	火	10か月健康診査	12:30~12:50	総合福祉 センター
9	火	3歳児健康診査	12:30~12:50	
12	金	2歳歯科健康診査	12:50~13:10	
16	火	4か月健康診査	12:30~12:50	
23	火	1歳6か月健康診査	12:30~12:50	

問い合わせ先 健康福祉企画課 (内線 262)

## ♥ 予防接種は4月から個別接種に

4月から予防接種は全て個別接種となります。対象の人には通知しますので、接種されますようお願いいたします。

**休日当番医院でもMR予防接種ができます ※要連絡**

休日当番医院において、MR予防接種ができます。平日に予防接種を受けられない人は利用ください。

なお、接種を希望する場合は希望日の10日前までに総合福祉センターに連絡ください。

日	曜	医療機関名	受付時間
14	日	おりそ内科循環器クリニック(2期のみ)	9:00~16:00

問い合わせ先 健康推進課 (内線 226)

## ♥ 離乳食教室 (要予約)

**日時** 4月19日(金) 午前10時~正午

**場所** 総合福祉センター2階 和室

**内容** 生後4カ月~8カ月の離乳食調理実習

**対象者** 妊婦とその家族、乳幼児を持つ家族、これから妊娠を希望する家族(定員8人)

**持ち物** エプロン、三角巾、母子健康手帳、おんぶひも、子ども用歯ブラシなど

**申込期限** 4月15日(月)

問い合わせ、申込先 健康推進課 (内線 224)

## ♥ 妊婦・乳幼児の栄養相談 (要予約)

**日時** 4月19日(金) 午後2時~4時30分

**場所** 総合福祉センター2階 栄養指導室

**内容** 妊娠期の食事、乳幼児の食事について

**対象者** 妊婦、乳幼児を持つ保護者(定員5人、1人30分)

**持ち物** 母子健康手帳

**申込期限** 4月15日(月)

問い合わせ、申込先 健康推進課 (内線 224)

## ♥ 4月の献血

日	曜	受付時間	会場
19	金	10:45~13:00	二戸警察署
		14:30~16:30	県立二戸病院

※献血手帳、カードをお持ちください

問い合わせ先 健康福祉企画課 (内線 287)

結婚、妊娠した人へ

## ♥ 葉酸サプリメントをプレゼント

市では、赤ちゃんの健やかな成長のため、妊娠、出産、子育てに関する相談に応じていますので、問い合わせください。

また、妊娠初期に特に必要な栄養素・葉酸を摂取できるサプリメントを提供していますので、総合福祉センターにお越しください。

**葉酸サプリメント提供の対象となる人**

① 二戸市在住で、平成31年1月1日以降に婚姻届を提出した人

② 二戸市在住で、平成31年1月1日以降に妊娠届を提出した人

※①②とも各1回、2袋ずつ提供します

問い合わせ、配布先 健康福祉企画課 (内線 262)

## ♥ 3月は「自殺対策強化月間」です

キャッチフレーズ

声でも文字でも。少しずつでも。

あなたの今の気持ちを聴かせてください。

全国的に自殺者数は減少しているものの、岩手県、特に二戸地域は、県内で最も自殺死亡率が高い現状です。二戸市は、平成10年をピークに長期的には減少傾向にありますが、過去10年間で約100人が自ら命を絶っています。

このため、市では、市民の皆さんが自殺の問題を身近に感じ、自殺に関する正しい知識を理解していただくため、こころの健康講話やこころの相談、健康づくり講演会など、普及啓発に取り組んでいます。

二戸市傾聴ボランティア「ほほえみ笑・笑・笑」は、なにやーとよ市で「おしゃべりどころ」を月2回、旧浄法寺駅前、「よってがんせ」を月3回、傾聴活動を行っています。つらい気持ちやモヤモヤしている気持ちなど、あなたの今の気持ちをお話してください。

また、市保健師もこころの相談を受けますので、まずは、悩んでいることを声に出してみてください。連絡お待ちしています。

**問い合わせ、連絡先**

健康福祉支援センター (内線 212)

声でも文字でも。  
少しずつでも。  
あなたの今の気持ちを  
聴かせてください。

3月は、自殺対策強化月間です。

0570-064-556

0120-279-338 FAX 03-3868-3811

0120-279-226 050-3655-0279

健康福祉支援センター

健康福祉支援センター (内線 212)