

4月の 保健センターのお知らせ

☎ 65・0065
FAX 62・0551



会場名の記載がない催しは保健センターで開催。申し込みは、特に指定がない場合は同センターへご連絡を。協力医療機関についてのお問い合わせも同センターへお願いします。

◎ 健康診査

乳幼児健診

対象は3か月・10か月・1歳6か月・3歳児。該当者には通知。対象や日程の確認は保健センターか市ホームページで。

◎ 予防接種

個別接種＝市内の協力医療機関

- ◆乳幼児（BCG、三種混合1期、麻しん風しん1期・2期、日本脳炎1期、不活化ポリオ、四種混合1期、ヒブ、小児用肺炎球菌）
- ◆児童・生徒（三種混合2期、日本脳炎2期、子宮頸がん予防）

いずれも該当者には通知済み。対象などは保健センターか市ホームページでご確認を。転入や紛失などで予防接種をお持ちでない人は、保健センターへご連絡ください。

《予防接種法が一部改正（該当者には通知）》

- ◆ヒブ・小児用肺炎球菌・子宮頸がん予防
定期の予防接種法に基づく接種に変更。該当者は公費で接種可。
- ◆BCG
対象年齢が生後5か月～1歳になる前日に変更。
- ◆日本脳炎
平成7年4月2日～5月31日生まれの人の接種期限が20歳未満までに拡大。

麻しん（はしか）風しんの予防接種

麻しんはインフルエンザの約8倍の感染力があり、免疫がなければほぼ100%発病します。発病すると高熱や発疹のほかに、脳炎などの合併症を引き起こし、後遺症が残ったり、命に関わることもあります。特効薬がないため、予防には予防接種を受けることが最も効果的です。強固な免疫をつけるために2回の接種を受けましょう。

【平成25年度の対象者】

- ◆第2期…平成19年4月2日～20年4月1日生まれ
※小学校就学前の1年間に相当する人
※接種の有効期限は来年3月31日（月）
- ◆第1期…1歳の誕生日～2歳の誕生日の前日の人
※対象者には案内済み

◎ 教室・相談

歯っぴースマイル教室 （2歳児むし歯予防教室）

- ◆11日（木）9時～11時15分。歯の話や歯科健診、フッ素塗布。
 - ◆2歳6か月児（平成22年5月22日～10月17日生まれ）…先着20人。
 - ◆2歳児（平成22年11月7日～23年4月21日生まれ）…先着30人。
- いずれも参加費300円。各1回のみ参加可。申し込みは、2日（火）から電話で。

健やか育児相談

15日（月）9時30分～11時。育児の悩みや歯・食事の相談、身体計測など。対象は乳幼児の保護者。無料。申し込み不要。

心の健康相談室

15日（月）11時～16時。子育ての悩みや人間関係、仕事のストレスなどの相談にカウンセラーが応じる。先着3人。無料。申し込みは、2日～12日（金）に電話で。

離乳食教室

26日（金）14時～15時30分。離乳食の話と試食。対象は6～8か月児の保護者。先着15人。無料。対象児のみ託児あり。申し込みは、2日から電話で。

がん検診などの申し込み

平成25年度がん検診などの申し込みを受け付け中。

《受け付け中の検診》

- ◆胃がん（40歳以上） ◆結核・肺がん（40歳以上）
- ◆大腸がん（40歳以上） ◆乳がん（40歳以上の女性）
- ◆子宮がん（20歳以上の女性）
- ◆歯周疾患（40・50・60・70歳の人）
- ◆レディース30（30～39歳の女性）

《土・日曜日の検診も受け付け中》

10月26日（土）と12月1日（日）に実施します。検診内容などは「平成25年度舞鶴市がん検診申し込み案内（4月1日に新聞折り込み、広報まいづるを郵送している人には4月1日号と一緒に送付）」を確認を。

高齢者生き生きトレーニング教室 参加者を募集

【日時・会場】右表のとおり。

【内容】筋力、柔軟性、バランス能力などのトレーニングやスワロピクスなど

【対象】65歳以上。申し込み多数の場合は抽選（初めての人を優先）

【参加費】月1,000円

【申し込み方法】電話で各会場へ（東体育館のみ保健センターへ連絡を）。

※南公民館と保健センターの実施分は「広報まいづる5月1日号」でお知らせします。

会場・申込先	実施期間	曜日・時間	定員	申込期限
西市民プラザ ☎77・0086	5月7日～9月24日	毎週火曜日 10時～12時	25人	4月15日(月)
	5月9日～9月26日	毎週木曜日 14時～16時	25人	
スタジオPEP ☎66・3330	5月8日～9月25日	毎週水曜日 10時～12時	25人	
	5月13日～9月30日	毎週月曜日 14時～16時	25人	
東体育館 【申込先：保健センター】 ☎65・0065	5月1日～9月25日	毎週水曜日 14時～16時	20人	4月17日(水)
城南会館 ☎78・1800	5月10日～9月27日	毎週金曜日 14時～16時	30人	
大浦会館 ☎68・2010	5月14日～来年3月25日	毎週火曜日 9時30分～11時30分	30人	

4月のカレンダー

休日・土曜日の救急・急病診療

日	診療時間	当番病院（内科・外科）
6日(土)	開業医の診療終了後	舞鶴医療センター ☎62・2680
7日(日)	9時から	
13日(土)	開業医の診療終了後	舞鶴共済病院 ☎62・2510
14日(日)	9時から	
20日(土)	開業医の診療終了後	舞鶴赤十字病院 ☎75・4175
21日(日)	9時から	
27日(土)	開業医の診療終了後	舞鶴医療センター ☎62・2680
28日(日)	9時から	
29日(日)	9時から	舞鶴共済病院 ☎62・2510

※受診は、できる限り昼間の時間帯にお願いします。また、軽症などの緊急を要しない症状の場合は、できる限り平日の診療時間内にかかりつけ医での受診をお願いします。

休日の小児科一次診療

日	診療時間	当番病院
7日(日)		舞鶴医療センター ☎62・2680
14日(日)	9時～18時	舞鶴共済病院 ☎62・2510
21日(日)		舞鶴赤十字病院 ☎75・4175
28日(日)	※受け付けは17時30分まで	舞鶴医療センター ☎62・2680
29日(日)		舞鶴共済病院 ☎62・2510

献血の日程

日	受付時間	会場
24日(水)	9時30分～11時30分 12時30分～15時30分	舞鶴市役所
28日(日)	9時30分～11時30分 12時30分～15時30分	らぼーる西側広場 (400㎡以内のみ)

※骨髓バンクドナー登録会を同時開催

納期

種類	納期限
固定資産税	(1期) 4月30日(火)

水道修理

当番会社 ※19時以降は市役所 ☎62・2300 か西支所 ☎75・2250 へ。
足立管工業㈱ ☎75・4140

ごみ・し尿の収集

日	収集ごみ		粗大ごみの 戸別収集 申込受付※1	し尿の 収集	ごみの持ち込み	
	可燃	不燃			清掃 事務所	リサイクル プラザ
4月						
27日(土)	○	休	休	※2		
28日(日)	休	休	休	休		
29日(日)	休	休	休	休		
30日(月)	○	休	○	○	8時30分～16時	8時30分～16時
5月						
1日(水)	○	○	○	○		
2日(木)	○	○	○	※2		※3
3日(金)	休	○	休	休		
4日(土)	休	休	休	休		
5日(日)	休	休	休	休		
6日(月)	休	○	休	休		

- ※1 受付時間は平日の8時30分～16時30分。専用電話 ☎64・5953 へ。
- ※2 舞鶴保健興業(有)が収集する地域＝東地区(寺川以西)、中地区(全域)、西地区(吉原、匂崎)は4月27日、5月2日も休業。
- ※3 土・日曜日の持ち込みは、事前に予約が必要。予約は平日の8時30分～16時30分に同プラザ ☎64・7222 へ。

《お願い》

連休中は、清掃事務所とリサイクルプラザへごみを直接搬入する車両が多く、周辺が大変混み合います。ごみはできる限り決められた収集日に地域の集積所へ出していただくようご協力をお願いします。

し尿の収集業者は連休中は休業します。収集を希望される場合は、早めに各業者へご連絡をお願いします(19号に関連記事)。