



助産師相談はじまりました

毎月1回 助産師相談を実施中



保健センターでは、妊産婦のさまざまな不安やニーズに対応するため、毎月1回「助産師相談日」を実施しています(時間など下記事(教室・相談)をご確認ください)。

また、今月開設する「子どもなんでも相談窓口(2階に隣接)」と連携し、妊娠期から出産後までの相談に対応。保健師や助産師によるきめ細かな支援を行います。

同センターでは、母子健康手帳の交付から始まり、出産・子育て期に渡るまで、切れ目なく市民の皆さんの子育てをサポートします。妊娠・子育てについての悩みごとなどがある場合はぜひご利用ください。

《専門的な視点でアドバイス》

助産師相談では、妊娠中の相談のほか、産後や子育ての相談など出産後の生活を見据えた相談にも応じます。妊娠中や出産後の不安や体調管理、赤ちゃんのおっぱいの飲み方や体重の増え方など、保健師や助産師が専門的な視点でアドバイスをします。また、助産師が電話で相談に応じる電話相談のほか家庭訪問も行っています。

《毎月1回 健やか育児相談を実施中》

保健センターでは、保健師や歯科衛生士、管理栄養士が相談に応じる健やか育児相談も毎月1回実施しています。電話は随時、ぜひご利用ください。

※詳細は下記事か市ホームページをご確認ください。

▶詳しくは、保健センター(☎65・0065)へ。

乳がん検診

7月1日から 乳がん検診の受診を



生涯の中で乳がんにかかる女性は12~14人に1人と言われ、特に40~60歳代に多く発症しています。乳がんを早期に見出すためには、2年に1回のマンモグラフィ検診を継続的に受けることが大切。毎月1回の自己検診も早期発見・早期治療につながります。ぜひ受診してください。

【実施期間】 来年2月28日(火)まで 【場所】 市内の実施医療機関

【内容】 視触診、マンモグラフィ検査、問診 【料金】 1,500円

【対象】 40歳以上の女性(昭和52年3月31日以前生まれ)

※対象者には問診票を送付済み(75歳以上の対象者には8月下旬に送付予定)

【その他】 2年に1回の検診のため、27年度に受診した人は不可(無料クーポン券対象者は除く)。

▶詳しくは、保健センター(☎65・0065)へ。

予防接種はお早めに

乳幼児・児童・生徒

市内の協力医療機関で実施。詳細は次のとおりです。転入や紛失で予診票がない人は保健センターへ問い合わせを。

【乳幼児】

ヒブ、小児用肺炎球菌、四種混合1期、BCG、麻しん風しん(MR)1期・2期、水痘、日本脳炎1期、不活化ポリオ

【児童・生徒】

三種混合2期、日本脳炎2期、子宮頸がん予防

麻しん風しんとは…

麻しんは、感染力が強く、高熱や発疹のほか、脳炎などの合併症を引き起こすことがある怖い病気。風しんは、発熱と全身に淡い発疹ができ、免疫を持たない妊婦が妊娠初期にかかるると赤ちゃんが感染し、心臓病や目や耳に障害が生じる「先天性風しん症候群」になることがあります。

麻しんと風しんに効く薬はなく、予防接種が最も有効です。定期予防接種の対象者は必ず受けてください。《保健センター》

乳幼児の教室・相談、心の健康相談

教室と相談 園保健センター(☎65・0065)

	対象	日時	内容	定員	料金	申し込み
健やか育児相談	乳幼児の保護者	7月11日(月) 9時30分~11時	◆育児の悩み相談 ◆歯・食事の相談	なし	無料	不要
歯っぴーすマイル教室 (2歳児むし歯予防教室)	2歳6か月児	H25.8.11~ 26.1.20生まれ	◆歯の話 ◆歯科健診 ◆フッ素塗布	先着 20人	300円	4日(月)から電話で
	2歳児	H26.1.29~ 8.8生まれ				25日(月)から電話で
	2歳6か月児	H25.8.27~ 26.2.8生まれ				25日(月)から電話で
	2歳児	H26.2.17~ 8.28生まれ				25日(月)から電話で
離乳食教室	5~6か月児の保護者	7月22日(金) 14時~15時30分	離乳食の話と試食	先着 15人	無料	4日(月)から電話で
心の健康相談室	市内在住の人	7月25日(月) 11時~15時45分	子育ての悩みや人間関係、仕事のストレスなど	先着 3人	無料	4日(月)~22日(金)に電話で
助産師相談	妊産婦、新生児・乳児	7月25日(月) 9時~11時30分	妊娠中の相談 産後や子育ての相談	なし	無料	不要

夏の節電にご協力を

夏季は電気使用量が多くなる時期。エアコンの設定温度を28℃にしたり、クールシェアなどで無理のない範囲で省エネ・節電にご協力をお願いします。市役所でも7月1日(金)~9月30日(金)に節電に取り組みます。



クールシェアって?

暑いときはみんなでいっしょに涼しい場所に集まって、ゆったりとした時間を過ごすことです。

◆家庭で…ひとつの部屋に集まり、ほかの部屋のエアコンを切る

◆クールスポットを活用…市役所や公民館といった公共施設やカフェ、レストランといった施設などの涼しい場所(クールスポット)を利用する。



▶詳しくは、生活環境課(☎66・1064)へ。

舞鶴観光おもてなし講座



舞鶴の魅力ある観光資源を学び、地域への関心や愛着を深め、おもてなしや案内のスキル習得を目指す「舞鶴観光おもてなし講座」を今年も開催します(舞鶴YMCA国際福祉専門学校主催)。



▲昨年の様子(一般向け)

今回は高校生を対象に開催。舞鶴をもっと知り、知識を生かして「おもてなし」しませんか。参加費無料。

※一般向けの講座も秋に実施予定

【日時】 7月29日(金)~8月1日(月)10時~16時

【場所】 舞鶴YMCA国際福祉専門学校

【内容】 英会話やツアーの企画・同行など

【定員】 先着15人

【申し込み方法】 7月15日(金)までに住所、氏名、年齢、学校名、電話番号を電子メール(maizuru@kyotoymca.org)か電話で同校へ。

▶詳しくは、舞鶴YMCA国際福祉専門学校(☎64・3686)へ。

土曜窓口の開設

住民票や戸籍 印鑑登録など

7月末まで、市役所本庁市民課の時間外窓口を第2・第4土曜日に開設しています。なお、正面玄関と裏口は閉まっておりますので、来庁の際は西口の出入口(市政記念館側)からお入りください。

開設日時

第2・4土曜日、9時~12時30分

◆7月の開設日は9日と23日

業務内容

◆住民異動届 ◆戸籍の届け出 ◆印鑑登録
◆印鑑登録証明書の交付 ◆住民票の写しの交付
◆戸籍謄(抄)本の交付
◆マイナンバーカードの交付
(開設日の2日前までに予約が必要)

お問い合わせ先

市民課(☎66・1001)へ。

ご注意ください

住所の異動に伴うマイナンバーカードの記載変更・継続利用の処理、住民票の広域交付はできません。

また、他課や他の市町村などへの確認が必要な手続きはできない場合があります。

毎週水曜日の時間外窓口は常時開設

水曜日の市民課業務は7月以降も常時、市民課と西支所において開設しています(19時30分まで)。

ただし、水曜日の時間外は、マイナンバーカードの交付、住所の異動に伴うマイナンバーカードの記載変更・継続利用の処理、住民票の広域交付はできません。