

東保健センターから

☎(71)3211

■地区健康相談(無料)

左表1をご覧ください。

■ポリオ(小児まひ)ワクチン服用のお知らせ

左表2をご覧ください。

■絵本の読み聞かせ 事業を開始します

9月から「10カ月児健診」で、ボランティアによる絵本の読み聞かせ事業を開始します。

■詳細地域保健課健康推進係 今すぐたばこをやめたい方を募集します

今年の秋こそ、禁煙を成功

させませんか。保健センターでは、個別相談で、皆さんの禁煙のお手伝いをしています。対象東区在住の、今すぐにも禁煙したいと希望している方。

日程 10月から3カ月間(平日午前9時から午後5時までの時間帯で、2〜3回程度東保健センターに在所。1回につき40〜50分かかります)。
定員・費用 15人程度。無料。
申込・詳細 9月11日(木)〜17日(水)に、電話で地域保健課健康推進係へお申し込みください(先着順)。



表1 地区健康相談(無料)

月	日	曜	会場	住所	受付時間
9	16	火	農本会館	東苗穂11-2	午前9時〜11時
			北栄会館	北25東7	午後1時30分〜3時
9	18	木	札苗会館	東苗穂7-2	午前9時〜11時
			苗穂記念館	苗穂町3	午後1時30分〜2時
			鉄東会館	北9東5	午後2時45分〜3時30分
10	8	水	北光白樺福祉会館	北23東2	午後1時30分〜2時30分

内容 【健康相談】血圧測定、尿検査、血液検査(40歳以上の方。GOT、GPT、総コレステロール、尿酸等10項目を検査)、心電図検査(40歳以上で医師が必要と認めた方。有料800円)、保健相談、栄養相談。
【結核検診】X線検査(15歳以上の方)。
【肝炎ウイルス検診】C型・B型肝炎ウイルス検査(①40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の方。②過去に肝機能異常を指摘された方。③広範な外科手術を受けたことのある方や妊娠・出産時に多量出血したことのある方で、定期的に肝機能検査を受けていない方。有料400円)。

対象 普段健康診断を受ける機会のない方。
その他 健康手帳をお持ちの方は忘れずにご持参ください。

表2 ポリオ(小児まひ)ワクチン服用のお知らせ

月	日	曜	会場	住所	受付時間
6	月		東保健センター	北10東7	午後1時30分〜3時
			新道以北で東15丁目通以西の方		
10	金		ふしこ地区センター	伏古11-3	午後1時45分〜3時
14	火		丘珠みづほ団地会館	北丘珠2-2	午後1時45分〜3時
15	水		札苗小学校	東苗穂7-2	午後1時45分〜3時
10	20	月	東保健センター	北10東7	午後1時30分〜3時
			新道以南で東15丁目通以西の方		
21	火		ひのまる児童会館	北38東9	午前9時30分〜11時
27	月		東保健センター	北10東7	午後1時30分〜3時
			東15丁目通以東の方		
30	木		東保健センター	北10東7	午後1時30分〜3時

対象 生後3カ月〜90カ月(7歳6カ月)未満の子ども。
料金 無料。
その他 ①服用後吐くことがありますので服用の前後30分は授乳などを控えてください。②受付開始直後は混雑が予想されますので、後半の受け付けをお勧めします。③ポリオワクチン服用予診票に必要事項(体温は除く)を記入してご持参ください。④保健センター以外の会場は上履きをご持参ください。⑤各会場とも駐車はできません。

※次に該当するときはワクチンを服用できません。
①麻しん、BCG、水痘、おたふくかぜのワクチンを接種してから4週間未経過(29日目以降可能)、②三種混合ワクチン、B型肝炎ワクチンを接種してから1週間未経過(8日目以降可能)、③麻しん、水痘、突発性発しんにかかってから1カ月未経過、④高熱、下痢、体が弱いなど医師が服用を適当でないと判断した場合、⑤熱性けいれんを起こしてから、原則として3カ月を経過していない子ども。

※昭和50年〜52年生まれの方へ
昭和50年〜52年生まれの方は、ポリオの免疫を保有している割合が低いことから、該当の方は、①ポリオウイルス常在国(アフリカ、東部地中海、東南アジアなど)に渡航されるとき、②お子さんがポリオワクチンを服用するときに、再度ポリオワクチンを服用することをお勧めします(有料:1,120円)。

東区健康フェア2003

〜いきいき健康・楽しく子育て〜

赤ちゃんから高齢の方まで、家族みんなで楽しめます。お気軽にお立ち寄りください。

- 日時 9月29日(月) 午前10時〜午後4時
- 会場 東保健センター
- 費用 無料

開会式	午前10時
「絵本っていいな」パネル展	午前10時〜午後4時
タッピー顔出しフォトスタジオ	
健康づくり体験発表	午前10時5分〜10時30分
絵本の読み聞かせコーナー	午前10時30分〜正午
健康相談会、きのこ展、マッサージコーナーなど	
日本ハムファイターズ応援コーナー・粗品プレゼント(先着200人、小学生以下)	
おもちゃクリニック	午前10時30分〜午後1時
遊びのコーナー	
食生活改善推進員協議会コーナー・おやつを試食	午前11時〜午後1時
風船で遊ぼうコーナー	午前11時、正午の2回
【講演会】 午後2時〜3時30分 講師 山崎 翠 氏(元和光大学講師) 演題 「絵本とともだち」 定員 100人(先着順) ※託児あり(先着30組)。 申込 9月11日(木)午前9時より電話で子育て支援担当係へ。	

◎詳細 地域保健課健康推進係 ☎711-3211
保健福祉サービス課子育て支援担当係 ☎712-6331

