健康ひろば

～保健センターからのお知らせ～

問 医療健康課健康推進係
☎62-6666

こども

■母子健康手帳交付（要予約）

時間　９時30分～16時
場所　北秋田市保健センター
月日　11月１、８、15、22、29日（各月曜日）
※事前に予約してからおいでください。交付日に来られない場合も事前に連絡してください。
※記入用紙があり手続き終了まで30分程度かかります。
※妊婦本人の個人番号（マイナンバー）の記入が必要です。個人番号カードまたは通知書と本人確認書類（運転免許証等）などご持参ください。

■乳幼児健診・相談

場所　北秋田市保健センター
持ち物　母子健康手帳・アンケート用紙・バスタオル他
（期日、受付時間、対象）
４か月児健康診査
（11月24日（水）12時30分～12時45分
令和３年７月生まれの子）
７か月児育児相談
（11月24日（水）９時45分～10時
令和３年４月生まれの子）
10か月児健康診査
（11月24日（水）12時45分～13時
令和３年１月生まれの子）
２歳児歯科健康診査
（11月19日（金）13時30分～13時45分
令和１年５、６月生まれの子）
３歳児健康診査
（11月17日（水）12時30分～12時45分
平成30年６、７月生まれの子）

■助産師相談室「あのね、助産師さん」

月日　11月１、８、15日（月）
時間　９時30分～12時
場所　北秋田市保健センター
内容　助産師が産前・産後のお母さんの身体のことや授乳に関する心配などお母さんと赤ちゃんの相談に電話や来所にて対応します。
問 子育て世代包括支援センター「ココロン」☎62-6681

■おいＤＡＹ

月日　11月１、15日（月）
時間　10時～12時
場所　北秋田市保健センター
対象　妊婦さん、子育て中のママや育児中のご家族
内容　おしゃべり、交流の場です。どなたでもお好きな時間に遊びにいらしてください。

■にじいろリボン（子育てサークル）

月日　11月８日（月）
時間　10時～11時30分
場所　北秋田市保健センター
対象　北秋田市内にお住まいの未入園のお子さんと保護者
内容　絵本講座
（講師：木村加奈子氏）
※申込はいりません。直接会場にいらしてください。

■マタニティ教室【C：子育て体験コース】

月日　11月13日（土）
時間　９時30分～11時30分
場所　北秋田市保健センター
対象　妊婦さんとその家族
内容　①パパ＆ママ沐浴体験
②パパ妊婦体験ジャケット試着
③赤ちゃんの準備グッズ紹介
持ち物　母子健康手帳

健康

■がんサロン「北秋田虹の会」

11月25日（木）予定のがんサロンはお休みします。

■心のふれあい相談員によるサロンへどうぞ

サロンでは、お茶やコーヒーを飲みながら話をしたり、さまざまな悩みを語り合う場です。心のふれあい相談員（市民の身近な相談役として活動するボランティア）がお待ちしています。
サロン「えがお」前田公民館
日時　11月15日（月）10時～14時
サロン「すかっと」森吉公民館
日時　11月19日（金）10時～12時
サロン「梅っこ」合川保健センター
日時　11月22日（月）10時30分～14時
精神保健福祉ボランティア「れもんの会」による
サロン「あんず」北秋田市交流センター
日時　毎週火曜日11時～14時
※サロン「お茶っこ」阿仁保健センターについては、保育園と併設しており、新型コロナウイルス感染症予防のため当分の間お休みします。

■精神保健相談・老人精神保健相談およびアルコール健康相談

月日　11月18日（木）
時間　15時30分～16時30分
場所　北秋田保健所 ２階
※前日午前まで要予約
問申 北秋田保健所 ☎62-1165

■自分測定日

定期的な体組成測定で健康な「からだ」づくりを始めませんか？
日時　11月22日（月）９時～19時
（所要時間は15～30分程度です）
ご都合の良い時間においでください。
内容　体組成（裸足で行います）・血圧測定、測定値の説明

■パワーリハビリ参加者募集

対象　65歳以上で特定健診・後期高齢者健診を受けた方
※65歳未満でも体力に不安のある方はご相談ください。
期間　１月～３月（週１回３か月間）
会場　合川保健センター
内容　専用マシンを使用した軽運動
申込締切　11月26日（金）
問申 北秋田市医療健康課 ☎62-6666

健康

■風しんの抗体検査・予防接種

風しんの公的な予防接種を受ける機会がなかった男性は、無料クーポン券利用で風しん抗体検査・定期予防接種（抗体が十分でない場合）が受けられます。まだ受けていない方はクーポン券を持参し、ぜひ受けましょう。
対象　昭和37年４月２日から昭和54年４月１日生まれの男性で、まだ風しん抗体検査を受けていない方、抗体検査で抗体が十分でないと判断されたが予防接種をまだ受けていない方
実施場所　事業所定期健康診断や医療機関
※必ずクーポン券を持参してください。
※今年度は、令和元年発行クーポンの有効期限が切れている昭和47年４月２日から昭和54年４月１日生まれの男性で未実施の方へクーポンを発送しています。
クーポンが手元にない方は医療健康課までお問合せください。

■12月１日は世界エイズデーです

WHO（世界保健機関）が世界的レベルでのエイズまん延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を図ることを目的に12月１日を「世界エイズデー」と定め、日本においてもエイズに関する普及活動等を推進しています。
秋田保健所ではエイズ無料検査を実施しています。（前日まで要予約）
日時　11月30日（火）10時～12時
問申 北秋田保健所健康・予防課
☎62-1166

■全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間のご案内

法務局では、下記のとおり「女性の人権ホットライン」強化週間を実施し、皆さまからのご相談をお受けします。相談は無料で、人権擁護委員および法務局職員が担当し、相談内容についての秘密は厳守します。
日時　11月12日（金）～18日（木）
平日：８時30分～19時
土・日：10時～17時
問 女性の人権ホットライン
☎0570-070-810

■受動喫煙防止対策助成金のご案内

令和２年４月１日から原則屋内禁煙が義務化されています。
飲食店等を営む中小企業事業主が、健康増進法で定める既存特定飲食提供施設に「喫煙専用室、指定たばこ専用喫煙室を設置・改修」する場合に、100万円を上限として助成する制度がありますので、ご活用ください。
詳しくは、秋田労働局健康安全課までお問合せください。
問 秋田労働局健康安全課
☎018-862-6683

献血日程

11月19日（金）
●北秋田警察署
９時50分～11時30分
●北秋田市役所本庁
13時～16時
12月１日（水）
●北秋田地域振興局
10時～11時45分
13時～14時15分
●マルテー刷毛ローラー製造㈱秋田工場
15時30分～16時

むし歯のない子（3歳児健診）▼9月15日の健診

成田はるとちゃん　新田中
小塚ひびとちゃん　東横町
春日しきちゃん　旭町
熊谷しょうまちゃん　内幸町
杉原りおちゃん　あけぼの町
清水らんちゃん　あけぼの町
藤原こはるちゃん　あけぼの町
千葉ことはちゃん　中屋敷
植村めいちゃん　藤株
佐藤ありさちゃん　高村岱
中嶋さつきちゃん　川口
金ゆうまちゃん　上杉団地
土濃塚いつきちゃん　松ヶ丘
湊ようたちゃん　松ヶ丘
佐藤ちはやちゃん　羽根山
板垣のんちゃん　七曲
若松ゆらちゃん　川向
庄司ちさきちゃん　米内沢駅前
志伯ゆいなちゃん　学校通り
佐藤てんまちゃん　日栄
柏木ゆいちゃん　中道岱
柴田おうがちゃん　通り町
宮野かほちゃん　水無
伊藤たいきちゃん　伏影
船橋ゆうりちゃん　根子

※各事業は状況により延期または中止になる場合があります。詳細については直接お問い合わせください。