



妊婦・乳幼児

必ず母子手帳をご持参ください。

行事	月日曜	時間	場所	対象	内容	備考	
健診	乳児健康診査	8月4日(木)	受付 13:00~14:00	保健センター	平成17年1月生 " 2月生	・診察・問診・計測・健康相談・栄養相談・育児相談	対象児には個人通知未受診の方は早めに受診を 
	1歳6か月児健康診査	7月14日(木)			平成15年11月生 " 12月生	上記のほか、歯科健診・フッ素塗布 (対象児で希望者のみ) (料金100円)	
	3歳児健康診査	8月11日(木)			平成14年5月生 " 6月生		
相談	ママ♡キッズのすこやか相談	7月5日(火) 8月2日(火)	受付 13:00~15:00	妊婦 乳幼児	・計測(乳幼児のみ) ・健康相談・栄養相談 ・歯科相談 (歯ブラシ持参)	申込不要	

保健センターで予防接種手帳を発行しています。

お子さんの出生後、早めに手続きにお越しください。「予防接種と子どもの健康」をよくお読みください。

※最近1か月以内に病気にかかったお子さんは接種できない場合がありますので、主治医にご相談ください。

日本脳炎予防接種について (お知らせ)

平成17年5月30日、厚生労働省から、日本脳炎予防接種の積極的な勧奨を差し控えるよう勧告がありました。

これは、現行の日本脳炎ワクチンの使用と重症のADEM(急性散在性脳脊髄炎)との因果関係が事実上認められたことによるものです。

松前町では、この勧告を受け、日本脳炎予防接種の積極的な勧奨を差し控えることにしましたので、接種に該当するお子さんがおられますご家庭の皆さんにお知らせします。

なお、日本脳炎予防接種を受けさせることを、特に希望される保護者の方は松前町保健センター予防接種担当までご連絡ください。

※念のため戸外へ出る時は、蚊に刺されないよう注意してください。

乳がんの自己検診

~月1回は忘れずに~

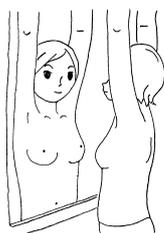
乳がんは自分で検診ができるため、早期発見が可能です。月1回、自分で見たり触ったりして、異常がないかチェックしましょう。また、「もっと安心」のために30歳になったら定期検診を受けましょう。

見てチェックする

両腕を下げたままで胸をはってチェックしましょう

- 左右の乳房の形に変化はないか
- 乳房の表面にえくぼのようなくぼみやひきつれはないか
- 乳房に湿疹やただれはないか
- 乳頭に異常はないか
- 乳頭から異常な分泌物はないか (つまんで調べる)

両腕を上げて上記をチェックしましょう



触ってチェックする

- しこりはないか
- わきの下にぐりぐりしたものはないか

●乳房が大きい方は

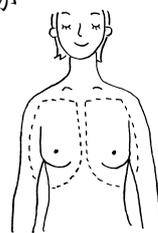
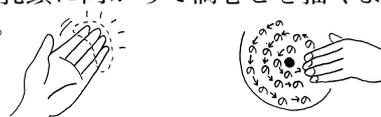
仰向けに寝て、調べる方の肩の下にタオルなどを入れると調べやすい

●指で触る範囲

乳房の突出している部分だけではなく、上は鎖骨、下は肋骨の弓側のところまで、内側は胸骨の中央、外側はわきの下まで触るようにしましょう。

●触り方

親指以外の3~4本の指を揃え、小さく“の”の字を書きながら乳頭に向かって渦巻きを描くように触っていきます。



※毎月、月経終了後の1週間前後ぐらいに、また、閉経後の人は毎月、日を決めて調べましょう。
※少しでも異常をみつけたら、ためらわずに専門医(乳腺外来)の診察を受けましょう。