



中央保健センター 京屋

予防接種でお子さんを感染症から守ろう

新型コロナウイルス感染拡大に伴い、全国でお子さんの予防接種を控えるという声が聞かれます。しかし予防接種を受けないことで、予防可能な感染症に罹るというリスクがあります。日本小児科学会では、「可能な限り予定通りに実施すべき」としています。保護者が受診前に発熱の有無等、体調確認を行い、受診時にはマスクを着用し他のきょうだいの同伴を避けるなど、感染予防に配慮し、接種推奨期間に予防接種を受けることが大切です。

6月は「食育月間」・毎月19日は「食育の日」です。

「食育」とは

食べ物に関する「知識」、食べ物を「選ぶ力」、食べ物への「感謝の心」などを身につけ、心身への豊かな人間性を育むための教育や取り組みを行う事です。

私たちが健やかで豊かな人生を送るために食べることはとても大事なことです。また、それらの積み重ねが「健康」や「病気（がんや生活習慣病等）」につながります。「たかが食事、されど食事」食べることの大切さを今一度家族みんなで見直してみませんか？



こんなことも「食育」につながります！

- 自分の食事をチェックし、栄養のバランスをとるよう気をつける
- 1日3食きちんと食べる習慣を身につける
- 感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をする
- はしの正しい持ち方や、食器の正しいならべ方を身につける
- プランター等で野菜を栽培し、料理をする
- 買い物をする際に、安心できる食材の選び方を身につける

～ほんの少し「食」を振り返ってみませんか？～

Cooking

レシピ集 「野菜たっぷりクッキング2」の 料理をしてみませんか？

新型コロナウイルス感染拡大予防に伴い、外出自粛や学校の休校が続き、家庭内で食事することが多くなりました。毎日の献立に困ったときや、料理のレパートリーを増やしたいときにおすすめ！

販売場所に
見本もあります。
手にとってみて
くださいね。



冊子サイズ：B5版 全21ページ
定 価：200円（税込）（制作実費分）
冊 数：限定500冊
販売場所：健康増進課・中央保健センター



保健センターからの おしらせです！

問 中央保健センター（室生福祉保健交流センター内）
☎92・5220/IP☎88・9175

予防接種

対象地域	内容	実施日	対象者
全地域	予防接種説明会	2日（火）	令和2年4月生まれの児の保護者

中止になりました
※個別に対応します

乳幼児健康診

対象地域	内容	実施日	対象者	場所	受付時間
大宇陀 菟田野	4～5か月児 健康診査	29日（月）	令和2年1月～2月 生まれの児	大宇陀保健 センター	時間を分けて 実施 ※個別に 案内します
	10～11か月児 健康診査		令和元年7月～8月 生まれの児		
榛原・室生	4～5か月児 健康診査	30日（火）	令和2年1月～2月 生まれの児	中央保健 センター	

～乳幼児健康診査の大切なお知らせ～

新型コロナウイルス感染予防のため、以下の方法で乳幼児健康診査を行います。

【健康診査の方法】

- ①保健センターでの個別面談 ※密閉、密集、密接を最小限にするため、時間をわけて実施
内容：身体測定・問診・相談（栄養・歯科・保健）
- ②医療機関の受診に必要な書類を自宅に郵送 ⇒ 各自で市内協力医療機関に予約
- ③医療機関を受診
・4～5か月児・10～11か月児健康診査⇒内科診察のみ
・2歳児歯科健康診査⇒歯科診察のみ
・1歳6か月児・3歳児健康診査⇒内科診察・歯科診察

- 【その他】＊来所・受診の前には検温と体調確認をお願いします。
＊お子さんが健診対象となりましたら、詳細について郵送でご案内します。来所や受診が困難な場合はご相談ください。別途対応します。
＊状況により上記の健診が実施できなくなる可能性があります。その場合は対象者に連絡します。



お知らせ

事業の中止について ～新型コロナウイルス感染予防のため～

- 【中止事業】健康カレンダー掲載分も同様
●保健センター集団検診・女性のがん検診 → 6月～7月実施分
※新たな日程を設けます
●体組成（インボディ）測定会 → 6月17日（水）
●たまひよサロン → 6月12日（金）
〔対象：令和2年1月～3月生まれの乳児の保護者〕
※以降の実施については状況により広報紙等でお知らせします。

ごめんなさい！

