



肺炎球菌ワクチンの接種費用を助成します

市では、肺炎球菌ワクチンの接種費用の一部を助成しています。

対 次のすべてを満たす人

- ・市内在住の人
- ・これまでにこのワクチンを接種したことがない人
- ・平成28年度に以下の年齢になる人

65歳	昭和26年4月2日～ 昭和27年4月1日生	85歳	昭和6年4月2日～ 昭和7年4月1日生
70歳	昭和21年4月2日～ 昭和22年4月1日生	90歳	大正15年4月2日～ 昭和2年4月1日生
75歳	昭和16年4月2日～ 昭和17年4月1日生	95歳	大正10年4月2日～ 大正11年4月1日生
80歳	昭和11年4月2日～ 昭和12年4月1日生	100歳	大正5年4月2日～ 大正6年4月1日生

手 事前に医療機関へお申し込みのうえ、接種を受けてください。

費 助成額

4,000円

(自己負担4,009円)



■国保けんこう課(内線152)

「ママいきいき子育て講座」受講者募集

同年齢のお子さんを持つお母さんが集まり、親子で「あったかい子育て」を学び合う講座です。

日	内 (6回連続講座)
5月20日(金)	自己紹介・親子遊び
27日(金)	ママの女子会
6月 1日(水)	親子で運動
10日(金)	子育て談義
17日(金)	離乳食クッキング
24日(金)	ちょっとママ談義

目 いずれも午前10時～正午

所 こどもセンター

定 12組(申込多数の場合は抽選)

対 市内在住で平成27年6月～11月生まれのお子さんと母親(原則、全講座参加できる人)

手 はがきに、講座名・郵便番号・住所・親子の氏名(ふりがな)・子どもの生年月日・性別・電話番号を記入のうえ、お申し込みください。

申 〒856-0832 本町326-1 こども未来館

対 4月30日(土)

■こども未来館(おむらんど) ☎④6111



Menu

「簡単ういろう」

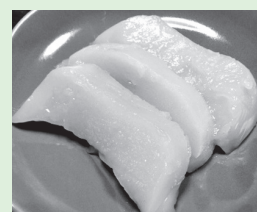
粉類と糖類を合わせ、蒸して作られるういろう。
いろいろな組み合わせで食感や風味を楽しめます。

材料(4人分)

- ・小麦粉 40g
- ・砂糖 40g
- ・水 150cc

作り方

- ①砂糖と小麦粉を混ぜ合わせる。
- ②①に水を注ぎ、だまにならないように混ぜる。
- ③ラップを敷いた耐熱容器に流し、ラップをする。
- ④電子レンジ(500W)で5分加熱する。
- ⑤粗熱が取れたら切り分け、盛り付ける。



■国保けんこう課(内線141)

4月の健康テレホンサービス

☎0120(555)203

月 寝汗

火 筋肉の衰えは病気?

水 赤ちゃんの体重 大きい?小さい?

木 頭痛とめまい

金 糖尿病治療中の歯科受診

土日 子宮内膜症

■県保険医協会 ☎095(825)3829



健康おおむら 21 通信

こころとからだの健康チェック

進学や就職などで環境が大きく変化する4月。張り切って新生活をスタートした人も多いのではないのでしょうか。生活がひと段落する5月あたりから、なんだか「疲れやすい」、「眠れない」といった症状が現れることがあります。

からだの不調は自分からのサインです

元気が出ない、不眠、食欲低下、動悸などのサインを見逃していませんか。私たちには本来、ストレスを受けてもからだのバランスを保つ機能が備わっています。このバランスが崩れたとき、からだの不調として現れ、こころがSOSのサインを発するのです。

周囲で気になる人を見かけたら...

しっかり話を聞いて、その人の気持ちに寄り添い、見守ることが大切です。ぜひ、相談できる窓口があることを伝えてください。

◎セルフチェックしてみましょう

- ☐ よく眠れない
- ☐ 食欲がわかない、ご飯がおいしくなくなった
- ☐ 疲れやすくやる気が出ない
- ☐ 気分が晴れない、憂うつである
- ☐ 集中できない、判断力が落ちている
- ☐ 楽しいはずの活動が楽しめない



こんな日が10日以上続いたら、相談窓口
やかかりつけ医、精神科の専門医に早め
の相談を!

■セルフチェックできます。

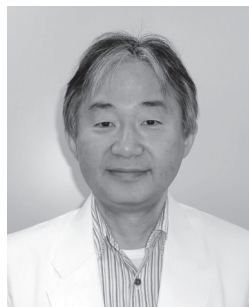
・市ホームページ

大村市 こころの健康 検索

・厚生労働省 働く人のメンタルヘルス

こころの耳 検索

■国保けんこう課(内線140)



小児科医師
てしま ひでたか
手島 秀剛 先生

小児科受診には紹介状は必須でなく、どなたでも受診できます。午前中は一般小児外来、午後は小児循環器専門外来です。いずれも予約制ですが、当日予約も受け付けていますのでお気軽にご連絡ください。また、急患は随時受け付けていますが、検査や処置が必要な患者さんが多く、時間を要

大村市民病院では12月から、およそ10年ぶりに小児科外来診療を再スタートいたしました。診療対象は小児疾患全般ですが、主に学童期以降から成人期までの心疾患・循環器疾患を、心臓病センターのスタッフの協力を得ながら診療しています。また、学校の心臓・腎臓検診や内科検診で異常を指摘された生徒たちの二次スクリーニングにも力を入れています。

◇小児科外来を開設しました

大村
市民病院
だより



大村市民病院 ☎2161

先天性心疾患について

小児の心疾患には、先天性心疾患(発生率はおおよそ100人に1人)、不整脈、心筋症、心筋炎、川崎病性冠動脈疾患などがあります。先天性心疾患は、近年の医療技術の進歩で乳児期から幼児期に修復手術が行われるようになり、中・長期的な予後は劇的に改善しました。学童期以降は、あまり症状なく安定して経過することが多くなり、したが、難しい手術が成功するようになった反面、思春期以降に不整脈を併発したり、心不全が徐々に進行したりして再手術を要する例が増えてきました。加齢とともに新たな症状が出てくるようになり、臨床の現場ではかつて経験のない問題に^{たいじ}対峙しなければならなくなっています。もはや先天性心疾患は、小児だけの病気ではなくなっているのです。これらの問題は、心臓の形や機能、患者さんの生活環境によって多岐にわたっており、対処の仕方も一人一人の状況に気を配りながら、より良い生活を維持できるよう、他の診療機関と連携しながら治療していきます。

日	月	火	水	木	金	土
 休日在宅当番医 診療時間…9:00～18:00 歯科は12:00まで 市夜間初期診療センター 内科と小児科の夜間診療 ・診療時間…19:00～22:00(毎日) ・ところ…こどもセンター内 ☎549911			予防接種を受けましょう お子さんの体調の良いときに、指定医療機関を予約して受けてください。 大村市こうのとりのダイヤル 妊娠・不妊・不育相談を受け付けています。(専用ダイヤル) ☎549119 ■こども家庭課 ☎549100		1 1歳6か月児健康診査	2 ふれあい健康講座 13:00～14:00 大村市民病院 「心臓弁膜症について 息切れの原因は心臓病かも?」 ■市民病院 ☎2161
3 岡循環器内科 [内科・循環器科] 東三城町 ☎3000 おび産婦人科医院 [産婦人科] 本町 ☎1103 ※子宮がん検診が受診 できません(要予約) 祐田ひとし歯科 松並1丁目 ☎7177	4 	5	6  3歳児健康診査  出前子育てつどい 松原住民センター ■にこにこ子育てサロン	7  1歳6か月児健康診査	8  離乳食教室(初) 受付9:50～10:00  出前子育てつどい 竹松住民センター ■にこにこ子育てサロン 古賀島西公民館 ■ライオンキッズ	9 
10 澤田胃腸科内科医院 [胃腸科・内科] 小路口本町 ☎1507 計屋眼科医院 [眼科] 乾馬場町 ☎6888 吉田歯科医院 玖島1丁目 ☎545070	11  ことばの相談室(予) 13:00～16:30 こどもセンター	12	13  乳幼児すくすく健康相談 (4～6か月児)9:30～ (7～9か月児)13:30～ こどもセンター  おはなしの会 10:30～ 市立図書館	14  出前子育てつどい さつき台公民館 ■わいわいらんど	15  離乳食教室(後・予) 受付10:20～10:30  出前子育てつどい 郡コミセン ■にこにこ子育てサロン	16 耳とことばの相談 13:00～15:00 総合福祉センター ・聴覚、言語障害者(児)の 補聴器やことばの相談 ・軽度・中等度難聴児の 補聴相談 ■障がい福祉課 ☎27306
17 田崎医院 [外科・胃腸科] 古町1丁目 ☎1234 楠木眼科医院 [眼科] 東三城町 ☎2711 吉原歯科医院 岩松町 ☎9911	18  1歳児のお部屋 「ふれあい遊び」 10:30～11:30 こどもセンター	19	20  3歳児健康診査  ベビー&マタニティのお部屋(前) 「ベビーマッサージ」 認知症家族の相談会 13:30～15:30 総合福祉センター ■長寿介護課 ☎27301	21  1歳6か月児健康診査  出前子育てつどい 池田公民館 ■ライオンキッズ 献血車巡回 9:30～11:00、12:30～16:00 市役所前 ■国保けんこう課(内線152)	22  出前子育てつどい 小路口光公民館 ■にこにこ子育てサロン 古賀島西公民館 ■ライオンキッズ	23 
24 ありやま小児科 [小児科] 木場1丁目 ☎6410 うえき心療内科クリニック [心療内科・神経科・精神科] 坂口町 ☎6000 赤司歯科医院 諏訪2丁目 ☎6728	25  ことばと心の相談室(予) 13:00～16:30 こどもセンター  2歳以上児のお部屋 「ふれあい遊び」 10:30～11:30 こどもセンター	26	27  1歳6か月児健康診査  ベビー&マタニティのお部屋(後) 「ベビヨーガ」  出前子育てつどい 福重住民センター ■にこにこ子育てサロン	28  3歳児健康診査	29 小松内科 [消化器科・内科] 上諏訪町 ☎6000 黒木医院 [泌尿器科] 西大村本町 ☎0211 いしざか歯科医院 松並1丁目 ☎4130	30

 育児相談 持参 母子手帳 ※(予)は要予約 ▶ことば(と心)の相談室(予) 対象 言葉の発達などが気になる就学前のお子さんや、育児でお悩みの母親 ▶離乳食教室 対象 ①5か月前後 ②10か月前後 場所 こどもセンター ■こども家庭課 ☎549100	 健康診査 受付 13:00～13:20 場所 こどもセンター ▶1歳6か月児健康診査 対象 平成26年9月生まれ (1歳7か月～1歳11か月) ▶3歳児健康診査 対象 平成24年10月生まれ (3歳6か月～3歳11か月) ■こども家庭課 ☎549100	 子育てつどい ▶ベビー&マタニティのお部屋 対象 0歳児の親子、妊娠中の人 ①2～6か月まで ②7～11か月まで 時間 10:00～ 場所 こどもセンター ■こども未来館 ☎476111	 出前子育てつどい 時間 10:00～ ※直接申し込み *にこにこ子育てサロン(昊天宮保育園) ☎550922 *わいわいらんど(すずたこども園) ☎495388 *ライオンキッズ(植松保育園) ☎545056 *ひまわりキッズ(ひまわり認定こども園) ☎59420
--	--	---	---