

※出産施設でのスクールを受講されている方にも好評な内容になっています。ぜひご参加ください。

パート1	実施日時	内容
8/16(日) 受付午前9時 午後9時半	12時	*助産師講話 「私らしい妊娠・出産を目標にするために」 *保健師講話 「パートナースキップと子育て」

■マタニティスクールの案内
*パートナー(夫)との参加をおすすめいたします。

■新生児訪問
お母様方へ、出産後退院され戸惑うことも多いと思います。一人で悩まないでご連絡ください。
助産師や保健師が訪問して赤ちゃんの体重測定・おっぱいの状態・母子保健事業の紹介等行っています。
対象者 新生児・2か月未満の乳児と母親
料金 無料
※赤ちゃんが生まれたら、母子手帳の後ろについているハガキ(ピンクか白)を早めにご送ってください。ハガキを送る際は、あなたの個人情報を守るために封書での投函をさせていただきます。もしくは、出生届の手続き時に一緒に提出してください。

■ベビースクールの案内

パート2	対象月齢	実施日時	内容	定員
4~11か月児	8/14(金) 受付午後1時 午後1時半	4時	*離乳食の調理実習 ※時期の適や味など実際確認し まします。 実習費300円	20組

※マタニティ・ベビースクールに参加する方は3日前までに市保健相談センターまで予約の電話をお願いいたします。

※親子(母子)健康手帳をご持参ください。

■乳幼児健康診査のお知らせ

乳児一般健康診査		1歳6か月児健康診査	
通知対象者	受付時間	通知対象者	受付時間
生後6か月、10か月 生後3か月、4か月	午前8時半~11時 午後0時半~3時	1歳6か月児 午後1時15分 午後2時15分	午後1時15分 午後2時15分
実施日	8/2(日) 8/2(日)	実施日	8/8(水) 8/12(木) 8/15(日) 8/19(水) 8/25(水)

※実施場所はいずれも市保健相談センターです。
※健康診査対象者には事前に通知を行っています。

■予防接種のお知らせ

○BCG接種(結核予防接種)
日時 8/18(火)
午後2時~4時

相談窓口(平日の午前9時から午後5時15分まで)
浦添市保健相談センター ☎875-2100
中央保健所 ☎854-1005

油断大敵!

新型インフルエンザ

浦添市内の小学校においても平成21年7月17日新型インフルエンザ患者が発生しました。沖縄県内の累計患者数は61名(7月21日現在。但し米軍基地内の発生患者は除く)となりました。

<新型インフルエンザA(H1N1)の特性について>

*基礎疾患を有する者等は重症化の可能性が高いとの報告があります。

普段からきちんと治療を受け、病気をコントロールしておくことが大切です。あらかじめ、かかりつけ医と相談しておきましょう。

■急な発熱と咳またはのどの痛み等があり「インフルエンザかもしれない?」と思った方は?

かかりつけ医がいる方は電話で問い合わせをし、受診時間等の指示をもらいましょう。いない方も医療機関に電話で問い合わせをしてから、マスクを着用し(同伴者も)受診しましょう。

*基礎疾患を有する者等
妊婦、幼児、高齢者、喘息など慢性呼吸器疾患・慢性心疾患・代謝性疾患(糖尿病等)・腎機能障害(透析を受けてる方など)・免疫機能不全(ステロイド全身投与等)等を有している者など

こまめにうがい・手洗い(せっけんで15秒以上)をする習慣をつけましょう。



<咳エチケット>咳やくしゃみをする時は、周囲の人から1~2m以上離れましょう。また、症状がでたらマスクを着用しましょう。
■対応は緩和されていますが、今後ウイルスが変異する可能性もありますので、最新の正しい情報を得て落ち着いて行動しましょう。

定額給付金についてのご案内

現金給付について

浦添市では金融機関の口座をお持ちでない等、振込みによる給付が困難な方のために、現金給付を行っています。

<手続きの流れ>

- ①申請書に記入
・送られてきた申請書に必要事項を記入し本人確認資料を貼付する。(世帯主が世帯全員分を申請)
- ②申請書を提出
・申請書を返信用封筒に入れて市役所に返送する、又は直接窓口へ提出する。(即日受給はできません)
- ③給付決定通知書が届く
・申請内容に不備がないか審査した後に、市役所から給付決定通知書が送付される。
- ④指定期間内に窓口で支給
・給付決定通知書及び印鑑等の必要なものを揃えて、給付指定期間内に窓口で受給する。

<給付指定期間>

申請受付日	給付指定期間
7/31 午後~8/14 午前	8/19(水)~21(金)
8/14 午後~8/28 午前	9/2(水)~4(金)

定額給付金の申請はお済みですか?

申請期限の10月15日までに申請が行われなかった場合は、受給を辞退したものとみなされません。**早めに申請**しましょう。
◆以下に該当する方は下記までお問い合わせください。

- A) 申請書が届いていない。
- B) 申請書を紛失(又は破損)してしまった。
- C) 申請書を提出(返送)して1か月以上経っているが、申請した口座に振込まれてない(通帳にも記載がない)。*申請書を提出しても不備等による振込不能等が原因で給付できなかった場合、市が確認などを行った上でなお必要な修正ができなかったときは、申請が取り下げられたものとみなします。

※また、市では独居老人や高齢者・障害者世帯などで、世帯主及び代理での申請手続きが困難な方に対するの対応も行ってまいります。詳しくは下記までご相談ください。

申請書の返戻について

本市では、各世帯へ申請書を郵送していますが、所在不明等により返戻となっている申請書を約160件保管しています。申請書がまだ届いていない世帯の皆様は、お問い合わせください。

問い合わせ: 定額給付金交付室 ☎876-1234 (内線5923~5926)

<健康シリーズ> 140

市民検診がスタートしました

皆さん、毎年健診を受けていますか? 質問の中で多いのが、「病院に通っていても、検診を受けたほうがいいのか」というもの。病院の検査では、治療中の病気に関する検査が中心となっているため、全身の健康確認状況を確認するためには検診を受けましょう。

また、市民検診ではがん検診も行っています。平成20年度の結果は以下の表のとおりです。精密検査の結果、数名の方にがんが発見されています。がん検診を受けることで、早期発見、早期治療ができます。**年に一度の検診を受けて、健康管理に役立てましょう!**

検診を受けた方の中で、生活に注意が必要な方は、保健師や栄養士などへ相談することも可能です。

平成20年度がん検診受診結果 単位:人

	受診者数	要精査	がんがん疑い
胃がん	1,545	98	2
肺がん	2,080	29	2
大腸がん	1,863	115	3
乳がん	1,277	96	2
子宮がん	2,176	22	10

特定健診、がん検診についてのご質問・ご相談は...
浦添市保健相談センター ☎875-2100

■健診結果説明会のお知らせ
対象者 今年度、健診を受診し浦添市民及び国民健康保険加入の特定健診を受診された方
説明会日程(8月~9月)
8/21(金) 午後1時~4時
8/23(日) 午前10時~午後1時
9/8(火) 午後1時~4時
9/14(月) 午後1時~4時
9/24(木) 午後6時~8時
9/28(月) 午後1時~4時
○予約制 2日前までに電話予約してください。
○場所・予約先 市保健相談センター
○定員 一日あたり12名まで

※12月まで実施します。
■歯周疾患対象者について
平成21年度がん検診に記載漏れがありましたのでお知らせします。
■平成21年度結核予防検診十字シール募金運動のご協力について
今年も8月から始まります。皆様のご協力よろしくお願います。
期間 8/1から12/31まで