浦添市保健相談センターから

☎875−2100　FAX875−1579

■はぐくみだっこ事業

浦添市では、地域全体で子育てのお手伝いをしていくことを目的とし、生後4か月までの乳児のいる全ての家庭を助産師・保健師・母子保健推進員が訪問します。

新生児訪問

2か月未満の乳児と保護者を対象に助産師による新生児訪問を行っています。希望される方は、親子健康手帳についているはがき（ピンクか白）を送ってください。赤ちゃんの体重測定、おっぱいの状態の確認、母子保健事業の紹介などを行います。

母子保健推進員による訪問

新生児訪問を希望されなかったご家庭を対象に、母子保健推進員が訪問し子育て支援についての情報をお伝えしたり、お話を聞いたりしています。

■マタニティースクールの案内

実施日時	内容
5／22（日） 受付 午前9時 教室実施 午前9時15分 ～正午	「私らしい妊娠・出産をめざすために」（助産師講話） 「母乳の話・妊婦体操・パートナーシップと子育てについて考えよう」

■ベビースクールの案内

対象月齢	5か月～8か月
実施日時	5／27（金） 受付 午後1時 教室実施 午後1時半 ～4時
内容	離乳食の調理実習（実習費300円） 各時期の固さや味などを実際に確認しましょう。
定員	20組

※マタニティースクール・ベビースクールの予約受付は、実施日の1か月前から3日前までとなっています。市保健相談センターまで電話予約をお願いします。

※親子（母子）健康手帳・筆記用具を持参してください。

■乳幼児健康診査のお知らせ

乳児一般健康診査	実施日	受付時間	通知対象者
	5／8（日）	午前9時～11時	生後3か月～4か月
		午後1時～3時	生後9か月～10か月

※乳児健診は事前に整理券の配布は行っていません。

※衣服の着脱があります。替えのおむつ、おくるみを持参してください。

※健診終了後9か月～10か月のお子様を対象にブックスタート事業として無料で絵本の贈呈を行っています。その場で絵本を紹介し、お子様や保護者の方にお好きな本を一冊選んでいただきます。健診終了後息非ご参加ください。

1歳6か月児健康診査	実施日	受付時間	通知対象者
	5／12（木） 5／19（木） 5／26（木）	午後1時15分～2時15分	1歳6か月～

3歳児健康診査	実施日	受付時間	通知対象者
	5／11（水） 5／18（水） 5／25（水）	午後1時15分～2時15分	3歳6か月～

※1歳6か月児、3歳児健診の整理券交付は正午から行います。

※場所は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。

※健診予定日の都合が悪い場合は、連絡をお願いします。

■集団予防接種のお知らせ

●BCG集団予防接種

日　時　5／24（火）
　　午後2時～4時

※整理券交付　午後1時から

場　所　市保健相談センター

対　象　生後3か月～6か月未満

※予防接種を受けるときは必ず、市から届いた予診票と親子（母子）健康手帳を持参してください。

※対象年齢を超えると全額自己負担（約7500円）になります。

当日受けることができない方、事情があって生後6か月未満までに受けることができない方は、市保健相談センターまで連絡をお願いします。

●子宮頸がん予防ワクチン・小児用肺炎球菌ワクチン・ヒブワクチンの接種費用助成（無料）事業について

浦添市では平成23年4月から当該ワクチン接種費用助成事業を次の①～③の助成対象者に実施しています。

ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチンの接種については、接種後の死亡事例が複数報告されたことから、一時的に接種を見合わせていましたが、専門家の会議で評価を行った結果、安全上の懸念はないとされたため、4月から接種を再開しています。

①子宮頸がん予防ワクチン

【対象者】

中学1年生～高校1年生相当年齢の方（平成7年4月2日生～平成11年4月1日生）

②ヒブワクチン③小児用肺炎球菌ワクチン

【対象者】

生後2か月～4歳児

現在、全国的な子宮頸がん予防ワクチンの供給不足につき当分の間（今年の夏頃までを見込んでいます）、1回も接種を行った事のない方は接種を控えてもらい、すでに接種を行った方の2回目または3回目の接種を優先するよう厚労省より通知がありますので、皆さまのご理解、ご協力をよろしくお願いします。

案内書の郵送については、子宮頸がん予防ワクチン助成対象者にはワクチンの供給が安定してから送付し、ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチンの接種助成対象者には5月中旬頃郵送します。

なお、案内書が届く前でも助成対象者であれば接種が可能です。接種希望者は必ず事前に医療機関（広報うらそえ5月号と一緒に医療機関一覧を配布予定）へ予約し親子（母子）健康手帳を持参の上接種を行ってください。また、予防接種の際使用する予診票は医療機関にあります。

【事業の実施期間】

平成23年4月1日～平成24年3月31日

〈健康シリーズ〉160

お口の健康を考えてみよう

今年も歯の衛生週間（6月4日～10日）の6月5日（日）に浦添市保健相談センターにて「デンタルフェア」が開催されます。

近年は、市民の皆さまの歯に対する意識も高まってきており、毎年、多数の来場者にお越しいただいています。

「ご自身の歯でかんで食事を取れる」一見、当たり前のようなことにも思えますが、30歳代・40歳代頃から歯周病や虫歯が急速に進行してしまうことがあります。ちょうど“働き世代”のため、仕事が忙しくて歯医者に行く時間がなく、次第に悪化していき、最悪、抜歯となるケースが出てきます。

そうならないためにも、日頃のお口のケア、早期発見・早期治療が大切です。当日、我々歯医者は白衣ではなく軽装でお待ちしておりますので、気軽に歯の相談に来ていただきたいと思います。

（社）南部地区歯科医師会浦添支部長
座覇　周平

ちょこっとスコット!!

ウィルソン・スコット Scott Wilson
2010年8月から国際交流員として、浦添市役所国際交流課に配属される。
米国マサチューセッツ州出身

原文・和訳 ウィルソン・スコット

お大事に！

皆さんは5月病にかかったことはありますか。5月が始まったばかりですが、5月病は忘れた頃にやってきますね。皆さんにとっては常識かもしれませんが、私が5月病を初めて聞いたときは、学生だけが患う病気だと思いましたが、そうではなくやはり新人であれば新しい環境に適応できないなどの理由で誰でもかかってしまう可能性があります。でも逆に何年も同じ環境のままだと仕事に飽きてしまうことがあり、5月病と似たような状態になる場合があります。毎年従業員を再編成する人事異動はそれを防ぐ方法の一つです。

日本に来る前は、私は人事異動について全く知らなくて、初めて聞いた時はとてもびっくりしました。なぜかというと、アメリカ人は勉強してきた技術を生かせる仕事を探して就職するので、ずっと同じ仕事を続けていくのが普通です。昇格・降格はもちろんありますが、普通は同じ部内・同じ課内です。仕事が好きじゃなければ、そこでやめて転職するのはよくあることです。数年ごとに転職する人も珍しくなくて、一つの会社・団体で働くのは平均して5年間だけです。何十年も同じところで働き続けるのが普通である日本人と比べたら考え方が違いますね。

また、アメリカ人は同じところで長い間働くのを予想していないという理由で、同僚との関係はそんなに深くなりません。もちろん1人2人と友達になって、ときどき昼食を一緒にとったりするのはよくありますが、勤務時間後に同僚と一緒に飲みに行ったりするのは考えられないことです。日本に比べてアメリカでは仕事上の人間関係はちょっと寂しいです。もしかしたらその理由でアメリカ人は5月病ではなく、5年ごとに転職するので、5年病にかかるかもしれませんね！

Get Well Soon!

Have you ever caught May Sickness? May might have only just started, but May Sickness can come when you least expect it. It may be common knowledge for everyone reading this, but when I first heard about May Sickness, I thought it was something that only students could come down with. But as it turns out that's not true, and it's possible for anyone who's new somewhere to catch it if they can't adapt to their new environment. But on the other hand people can also develop symptoms similar to May Sickness after years of working in the same environment too. Annual personnel changes that reorganize where employees work is one way to prevent that from happening.

Before I came to Japan, I knew nothing about personnel changes, and when I first heard about them I was very surprised. In the U.S., people look for work where they can make use of the skills they have learned, so it's common for people to always continue doing the same job. Of course there are promotions and demotions, but they usually take place within the same section or division. If someone doesn't like their job, then they usually just quit and go work somewhere else. People who change jobs every few years are not uncommon, and Americans on average work for the same company or organization for only five years. This way of thinking is different compared to Japanese people for whom it's normal to continue to work for dozens of years at the same place.

Maybe the fact that Americans don't plan on working at the same place for a long time is the reason why their relationships with coworkers never become very deep. Of course becoming friends with one or two coworkers and sometimes eating lunch together is normal, but going out drinking after work hours is unthinkable. Compared with Japan, relationships at work in the U.S. tend to be more lonely. Maybe that's why Americans don't come down with May Sickness. Since they change jobs every five years or so, they come down with Five Year Sickness instead!