

# 乳幼児健康診査・相談日程表



会場 市民健康づくりセンター(つがる市木造千年3-3)

対象のお子さんには、個別通知で案内や問診票などが送付されます。  
また対象月に利用できない場合は、別月にも利用できます。

## ■乳幼児健康診査

	月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
4カ月児	開催日	24日(金)	22日(金)	24日(水)	15日(水)	26日(水)	16日(水)	28日(水)	25日(水)	16日(水)	27日(水)	24日(水)	17日(水)
	対象	令和元年12月生	令和2年1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	6月生	7月生	8月生	9月生	10月生	11月生
10カ月児	開催日	22日(水)	20日(水)	23日(火)	14日(火)	25日(火)	15日(火)	27日(火)	26日(木)	15日(火)	26日(火)	25日(木)	16日(火)
	対象	令和元年6月生	7月生	8月生	9月生	10月生	11月生	12月生	令和2年1月生	2月生	3月生	4月生	5月生

	月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
1歳6カ月児	開催日	16日(木)	14日(木)	18日(木)	9日(木)	20日(木)	10日(木)	8日(木)	19日(木)	10日(木)	14日(木)	18日(木)	4日(木)
	対象	平成30年9月生	10月生	11月生	12月生	平成31年1月生	2月生	3月生	4月生	令和元年5月生	6月生	7月生	8月生
3歳児	開催日	15日(水)	13日(水)	17日(水)	8日(水)	19日(水)	9日(水)	7日(水)	18日(水)	9日(水)	13日(水)	17日(水)	3日(水)
	対象	平成28年9月生	10月生	11月生	12月生	平成29年1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	6月生	7月生	8月生

健康診査を受診されなかったお子さんのいるご家庭には、保健師が訪問し、発達・養育の状況について確認を行っています。

## ■相談日

### ●子育て広場

子育て真っ最中の方や、これから子育てをする方の交流の場です。離乳食学級、子育てミニ講座も開催します。

月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	受付時間等
開催日	23日(木)	21日(木)	25日(木)	16日(木)	27日(木)	17日(木)	29日(木)	24日(火)	17日(木)	28日(木)	16日(火)	18日(木)	受付10:00~10:15 終了12:00
離乳食学級	令和元年9月生	10月生	11月生	12月生	令和2年1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	6月生	7月生	8月生	個別通知あり

対象 生後4カ月から1歳までの赤ちゃんとパパママ、妊婦さんならどなたでも利用できます。

身体計測だけの利用もできます。ご希望の方は、10時~11時30分の間で都合のよい時間にお越しください。

### ●5歳児すくすく発達相談

5歳をむかえたお子さんの生活や子育ての中で、「会話がかみ合わない」「落ち着きがない」「集団になじめない」「ルールを守って遊べない」など気になることや、小学校入学に向けて心配に感じていることなどご相談ください。

月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	受付時間等
開催日	実施なし	12日(火)	9日(火)	実施なし	4日(火)	1日(火)	実施なし	24日(火)	1日(火)	実施なし	9日(火)	9日(火)	完全予約制
対象		平成27年4・5・6月生			平成27年7・8・9月生			平成27年10・11・12月生			平成28年1・2・3月生		個別通知あり

内容 発達に関する相談(小児科医)、子育て相談・家庭での関わり方についての相談、教育相談です。

【問い合わせ先】健康推進課 電話42-2111(内線302・304)



健康万歩計は、西北五医師会が、皆さんが健康で元気に過ごすための必要な情報を提供し、ドクターからのアドバイスを紹介するコーナーです。

今月のドクター

對馬 史博 先生

駅前クリニック 院長

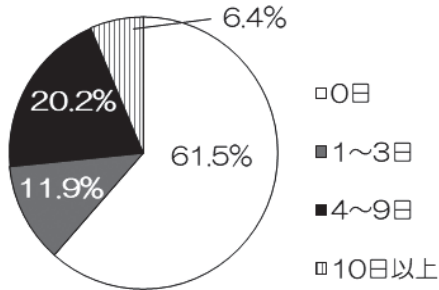


## 残薬について

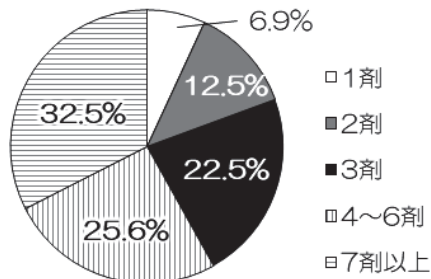
外来で毎日何回も「先生、××の薬は残っているから、今日は〇〇だけ下さい」とよく言われます。また、30日分処方しているのに45日後に来院し「薬少なくなったから来た」ともよく言われます。

残薬について当院の聞き取り調査を報告します。

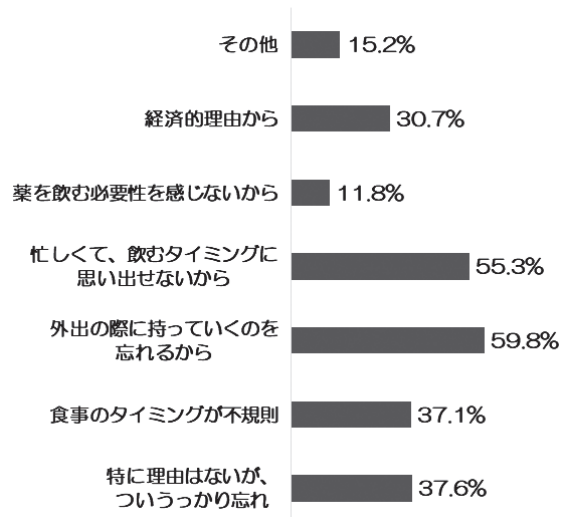
Q.1カ月間で、処方された飲み薬を服用しないことがある回数



Q.飲み忘れのある患者の処方数



Q.処方された飲み薬を服用しないことがある理由



さらに、1番問題なのは、この様に服薬が不規則な患者は、治療中断する割合が多く、久しぶりに来院した時には合併症で視力低下していたり、脳梗塞で麻痺が出現していることがあります。

糖尿病、高血圧、脂質異常症など毎日の服薬が絶対必要な病気では、毎日の服薬を規則的にしないと自覚症状がないままに少しずつ病気が進行し、動脈硬化や認知症さらに脳梗塞、脳出血、心不全などになる危険があります。

## 令和2年度 国民年金保険料額について

令和2年4月分から令和3年3月分までの国民年金保険料は、月額16,540円です。保険料は、日本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニエンスストアで納めることができます。また、クレジットカードやインターネット等を利用した納付、そして便利でお得な口座振替もあります。

保険料の納付が困難な場合は、保険料が免除・猶予される制度がありますので、市役所や出張所、年金事務所へご相談ください。

【年金についての問い合わせ先】

弘前年金事務所 電話0172-27-1339  
稲垣出張所 電話46-2111

つがる市市民課 電話42-2111 (内線261・267)  
車力出張所 電話56-2111

年金の請求など給付に関わる相談については、移動年金相談日をご利用ください。

移動年金相談日 日時 4月22日(水)、5月27日(水)、6月24日(水) 10時~15時  
場所 つがる市役所2階相談室 ※事前の予約が必要です。

予約先電話番号 0172-27-1339 (弘前年金事務所お客様相談室)

