

3歳児健診について（お知らせ）

3歳の頃は、身体面、精神面ともに発達が著しい時期です。お子さまが心身ともにすこやかに成長されますよう、母子保健法に基づき3歳児健診を実施いたします。この節目の時期に保護者の方々にお子さまの成長の様子を知っていただき、今後の参考にさせていただきたく、ご案内いたします。

記

1. 実施日 および受付時間 同封の3歳児健診受診票の右上に記載しておりますのでご確認ください。
※ご案内した日時での受診が難しい方や、1歳6か月児のきょうだいと同時の受診を希望される方などは、受診票右上の電子コードまたは下記連絡先に日程変更のご連絡をお願いします。水曜日の午前のみ1歳6か月児・3歳児健診を同時に実施しております。

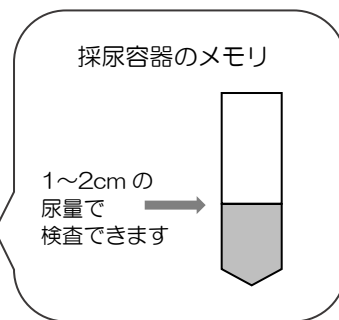
2. 場 所 苫小牧市教育・福祉センター 3階 健康支援センター（裏面参照）

3. 健診内容 尿検査・視力検査・問診・身体計測・小児科診察・歯科診察
歯みがきレッスン(*)・栄養相談(*)・育児相談(*)・発達相談(*)

(*)は該当者のみになります

4. 持ち物 ① 母子健康手帳
② バスタオル（寒さ対策用）、歯ブラシ
③ 3歳児健診受診票（ご記入ください）
④ 3歳児健診子育て調査票（ご記入ください）
⑤ 目・耳のアンケート（検査結果をご記入ください）
⑥ 尿

1. 健診当日の尿を紙コップ等で採尿し、
同封の容器に入れる
2. シールに名前を書き容器に貼る
※尿検査についての詳細は裏面をご覧ください



- 発熱・発疹等の症状があるお子さまは、受診をお控えください。
- 健診には1時間半から2時間程度かかる場合があります。
- 歩き方も確認しますので、お子さまが素足になりやすいようご配慮ください。
- 悪天候などの緊急事態により、急遽、健診を中止する場合がございます。
中止決定の際は、「苫小牧市ホームページ」や「とまっこアプリ」にてお知らせいたします。
- 健診に関する不明点・心配事などがありましたら、下記までご連絡ください。
なお受診されなかった場合、保健師が電話または家庭訪問をすることがあります。

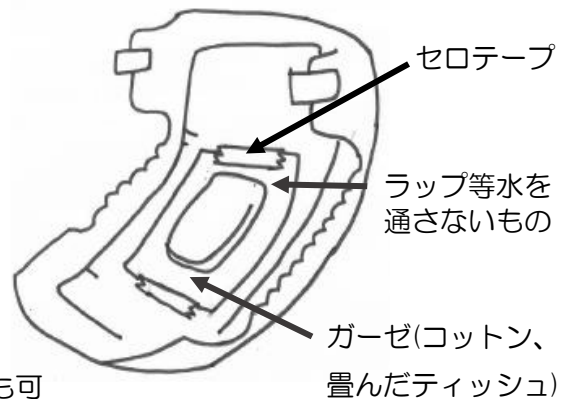
お問い合わせ
とまこまいこども家庭センター
(こども家庭支援室母子保健担当 旧：健康支援課)
電話：0144-32-6411 (FAX：32-4322)
開設時間 8：45～17：15 (土日祝除く)

どうして尿検査をするの？

3歳児健診で尿蛋白を検査することで、外から診察しただけではわからない腎臓の病気（腎臓尿管の形の異常や腎炎）の早期発見に役立ちます。尿量が増えた、手足がむくむ等の症状が出る前に、腎臓病を発見し適切な治療することは、腎不全の進行を防ぐために大切です。

オムツがとれていない場合は？

1つの方法として、寝る前に右図のようなオムツを用意し、ガーゼを絞って採尿容器に入れる方法があります。
※同様の方法でガーゼを生理用ナプキンなどで代用することも可能です。

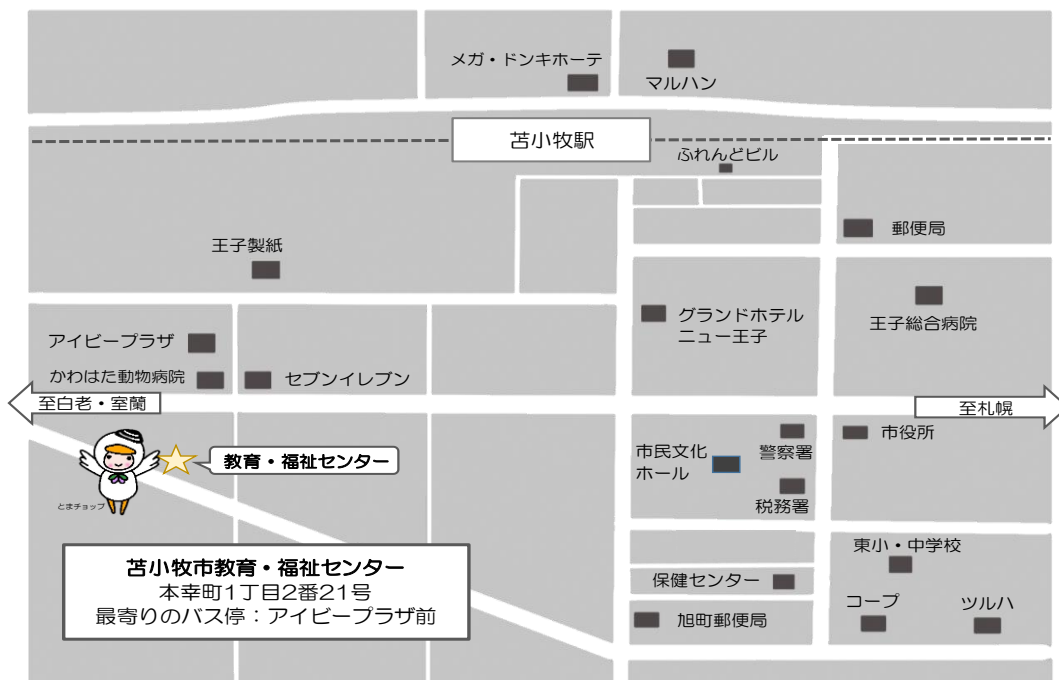


※パンツ型のオムツでも可

採尿する際の注意点は？

- 検査前日は夜間に及ぶ激しい運動、風邪等のお薬やビタミン剤の内服はなるべく控えましょう。
- 特に夏場は水分摂取を心がけましょう。
- 採尿したものに便が混じると正しく検査結果が出ない可能性があります。検査前日には入浴や清拭等にて陰部を清潔にしましょう。
- 紙コップに採尿する場合、正しい検査結果が出るよう、なるべく検査前日は寝る直前に排尿し、検査当日の朝はできるだけ起きた直後の尿（中間尿）を採りましょう。

《健診会場 地図》



スマートフォンなどで
ご覧になる場合は
こちらを読み込んで
ください。



※駐車場は 台数に限りがありますので、できるだけ公共交通機関のご利用をお願いします