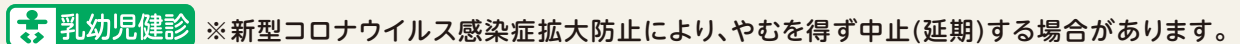


12月保健センターだより

問 市役所健康推進課(保健センター) (内線 311 ～ 317)

- ・母子健康手帳:月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分(土・日、祝日を除く)に随時市役所健康推進課(保健センター)で交付します。
- ・母子健康手帳交付については個人番号(マイナンバー)の記入が必要となりますので、本人確認できるもの(運転免許証など)と「通知カード」または「個人番号カード」のいずれかを提示してください。
- ・子育て相談:保健師による個別相談を行います。事前に市役所健康推進課に電話などご予約ください。
- ・歯みがき相談:歯科衛生士による個別相談を行います。事前に市役所健康推進課に電話などご予約ください。

 ※新型コロナウイルス感染症拡大防止により、やむを得ず中止(延期)する場合があります。

母子保健	実施日	受付時間	対象者	内容など	場 所
3～4か月児健康診査	1日(火) 8日(火)	13:00～13:40	対象の方には個別通知でご案内します。	・対象月でも人数調整のため翌月に変更することがあります。 ・お子さんの誕生日により、受付時間が異なります。詳しくは個別通知をご覧ください。	保健センター (市役所3階)
1歳6か月児健康診査	14日(月)	13:00～13:30	1歳6～7か月頃のお子さんを対象に個別通知します。		
2歳児ピカピカ歯科教室	23日(水)	9:00～ 10:15	平成30年12月出生児		
3歳児健康診査	3日(木) 17日(木)	13:00～13:40	3歳1～2か月頃のお子さんを対象に個別通知します。		
離乳食講習会	新型コロナウイルス感染症対策のため、当面の間教室は中止させていただきます。 離乳食講習会についてはWeb(YouTube)にて、初期・中期の動画をアップしましたので、市ホームページからご覧ください。				 ▲こちらからも ご覧いただけます
1歳児親子教室					

 **歯科検診** ※新型コロナウイルス感染症の状況によっては、内容を変更および中止する場合があります。予約の際、歯科指定医療機関にご確認ください。

歯科保健	対象者	実施期間	受診料	場 所	受診方法
歯周病検診	20歳以上の方	歯周病検診、節目歯科無料クーポン検診は令和3年3月31日までのご利用となります。	無料	歯科指定医療機関	検診が受けられる歯科医院一覧(令和2年度弥富市健康増進事業のご案内)を参照)に電話で予約し、受診してください。 受診時には「保険証」を持参してください。 ※節目歯科無料クーポン検診対象の方には、5月末に個人通知にて詳細案内をしています。 ※妊産婦の方は、受診時に妊産婦歯科健康診査受診票、母子健康手帳をお持ちください。
節目歯科無料クーポン検診	20・30・40・50・60・70歳の方				
妊産婦歯科健康診査	妊娠中の方 産後1年以内の方	対象となる期間中ご利用できます。			

 **相 談** ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、電話相談になる場合もあります。

成人保健	実施日時	内容など	対象者	場 所
健康相談	随時(土・日・祝日を除く) 8:30～15:00	生活習慣病など体や心の健康について心配がある方に、保健師が個別に相談に応じます。	市民	保健センター(市役所3階)
栄養相談	不定期(土・日・祝日を除く) 9:30～13:30(要予約)	食事や栄養に関することについて、管理栄養士と一緒に考えてみませんか。※開催日は保健センターにお問い合わせください。		
歯科相談	随時(土・日・祝日を除く) 9:00～15:00(要予約)	お口のケアや、誤えん性肺炎予防、お口の体操について歯科衛生士が個別に相談に応じます。		
禁煙相談	随時(土・日・祝日を除く) 9:00～15:00	禁煙方法を保健師と一緒に考えましょう。		

 **助成関係**

不妊治療	内 容	備 考
一般不妊治療費助成	一般不妊治療(人工授精)に要した費用の一部を助成します。	詳しくは市役所健康推進課へお問い合わせください。
特定不妊治療費助成	治療開始日が令和2年4月1日以降の方に、体外、顕微授精による不妊治療費の一部を助成します。	

 **がん検診** ※新型コロナウイルス感染症拡大防止により、やむを得ず中止(延期)する場合があります。

検診内容	検診の受け方
集団検診(バス検診)	保健センターおよびバスにて集団検診を実施しています。定員になり次第申し込みを終了します。希望される方は日程・空き状況を市役所健康推進課までお問い合わせください。

がん検診の予約・受診には、がん検診等受診券が必要です。(がん検診等受診券がないと受診できません)

対象の方(20歳以上の女性市民、40歳以上の男性市民)には、5月に郵送しましたので、**がん検診の予約・受診の際は毎回お忘れなようお持ちください。**紛失された場合は再発行しますので、市役所健康推進課までお問い合わせください。

健康増進コラム ～第153回～

まだ間に合います!やとみ健康マイレージ事業

やとみ健康マイレージは、①健診を受け、②健康づくりを30日間実践しポイントをためると、『あいち健康づくり応援カード(まいか)』がもらえる事業です。今年度、本事業に参加された方には、「特製さんちゃんボールペン」を差し上げます。

▼対象 小学生以上の弥富市在住・在勤・在学者

▼ポイントをためる期間 8月1日～12月31日

▼ポイントカード提出期限 1月29日(金)まで (平日午前8時30分～午後5時15分)

▼提出先 保健センター(市役所3階)

※ポイントカードは市ホームページよりダウンロードまたは保健センター窓口で交付します

※詳しくは「やとみ健康マイレージ」で検索を!



『まいか』とは? 県内の協力店で、サービスが受けられる優待カード。協力店一覧は、市ホームページで確認できます

歯の健康講座 12月号 その460 赤ちゃんのお口の発達

近年、超音波診断が発達し胎児の動きが詳細に分かるようになりました。単純な下顎運動は妊娠11週頃に確認され、指しゃぶりや嚥下動作は12週には始まっています。胎児は口腔に羊水を取り込み、頬や舌でしっかり口腔内に羊水を溜め、「ごっくん」と嚥下する動作を練習しているのです。そして出生までの間に、味覚、嗅覚、唾液の分泌機能などが加わっていきます。

そして、赤ちゃんは原始反射と呼ばれるいくつかの反射機能を備えて生まれてきます。そのひとつに口唇探索反射があります。口唇周囲に何かが触れると反射的に顔を向けて口を開く動作です。次に口唇反射が加わります。これは口唇に何かが触れると口唇を丸める動作をすることをいいます。次に始まる原始反射は吸啜反射です。これは口唇に触れたものは何でも自動的に吸おうという動作を始める反射です。これらの原始反射によって赤ちゃんは、母親や哺乳びんの乳首を捜し、くわえ、そして吸う動作へとつながっているのです。この哺乳にかかわる口腔、咽頭の連続した機能は、口唇、頬、舌、咽頭が一体となり、波を打つように動いているもので、指令を出す脳との共同作業といえます。

また、原始反射のひとつに咬反射があります。これは口腔内の歯肉部分を指で触るなどして刺激すると下顎を噛み込む動作をすることです。授乳時にも赤ちゃんは噛み込んでいます。この「噛み込む」力を新生児期にきちんと獲得することはとても重要なことです。噛み込むための筋がたくましく作られることで、後の離乳後の咀嚼・嚥下機能を十分発揮させることができます。

きちんとした授乳、乳児嚥下をしっかり行うことは、口唇、頬、舌、咽頭などの発育を促し、次に始まる咀嚼から嚥下へ向けたトレーニングであり、そこに指令を出す脳のトレーニングになるのです。(海部歯科医師会)

お済みですか?風しん抗体検査および定期予防接種(風しん第5期)

対象者は、市が発行するクーポン券を利用し、無料で抗体検査(全員)と予防接種(抗体が不十分だった方のみ)を受けられます。対象者で、6月にお送りした「風しんにおける抗体検査券および予防接種クーポン券」を紛失された方や転入者は、市役所健康推進課までご連絡ください。

対象者	クーポン券発送時期	受診方法
①昭和47年4月2日から 昭和54年4月1日生まれの男性	令和元年6月発送済 (有効期限は令和3年3月末です)	クーポン券を利用し、委託医療機関が集団検診、勤務先での特定健診などで受けてください。 ※委託医療機関は、市および厚生労働省ホームページをご覧ください。
②昭和37年4月2日から 昭和47年4月1日生まれの男性	令和2年6月発送済 (有効期限は令和4年3月末です)	