

# 10月 保健センターだより

市役所健康推進課(保健センター)(内線 311～318)

○母子健康手帳：月～金曜日、午前8時30分から午後5時15分まで(土・日曜日、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。

妊娠届出書(医療機関が発行したもの)、本人確認ができるもの(マイナンバーカード、運転免許証など)が必要です。マイナンバーの記入が必要となりますので、マイナンバーカードをお持ちでない方は「通知カード」をお持ちください。

○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でご予約ください。

○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でご予約ください。

## 乳幼児健診 ※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。

乳幼児健診	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	4日(火)	13:00～13:40	対象の方には個別通知でご案内します。	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	24日(月)	13:00～14:15	1歳8～9か月頃のお子さんを対象に個別通知します。		
2歳6か月ピカピカ歯科教室	26日(水)	9:00～10:10	令和2年4月生まれのお子さんに個別通知します。		
3歳児健康診査	13日(木)	13:00～14:15	3歳4～5か月頃のお子さんを対象に個別通知します。 ※H30.4月生まれ以降の方には、日本脳炎1期の予防接種を3歳児健診の案内と一緒に送付します。 3歳過ぎてから医療機関にて接種をしてください。		
離乳食講習会 ※希望の方は事前に予約が必要です。	19日(水)	前期 9:15～9:30	令和4年5月出生児	生後5～6か月頃のお子さん	管理栄養士による離乳食の講話があります。後期のみ歯のお話があります。離乳食初期・中期の動画がご覧いただけます→ 
		後期 10:15～10:30	令和4年1月出生児	生後9か月頃のお子さん	
新型コロナウイルスの感染状況によって、Zoomアプリを使った、オンライン開催に変更する場合があります。オンライン開催の場合は、市ホームページや電話でお知らせいたします。					

**予防接種についてお知らせ** ※MR2期・日本脳炎2期・2種混合・子宮頸がんワクチンについては対象の方へ個別通知をしています。  
※MR1期・水痘は1歳のお誕生日前日から接種できます。予防接種の詳細はこちらからもご覧いただけます→  
詳しくは市ホームページ【令和4年度予防接種事業のご案内】をご覧ください。

## 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	場 所	受診方法
歯周病検診	20歳以上の方	歯周病検診は3月31日までのご利用となります	歯科指定医療機関	検診が受けられる歯科医院一覧(「令和4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。 ※ <b>節目歯科無料クーポン券対象の方には、5月末に個人通知にて詳細案内をしています。</b> 受診時には「保険証」をお持ちください。 ※妊産婦の方は、受診時に妊産婦歯科健診受診票、母子健康手帳をお持ちください。
妊産婦歯科健診	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・日曜日、祝日を除く) 9:00～15:00(要予約)	生活習慣病など体や心の健康について心配がある方に、保健師が個別に対応します。	市民	保健センター(市役所3階)
栄養相談	不定期(土・日曜日、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・日曜日、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・日曜日、祝日を除く) 9:00～15:00(要予約)	禁煙方法を保健師と一緒に考えましょう。		

●健康手帳について：検診結果および精密検査結果は健康手帳を利用して、ご自身で管理しましょう。健康手帳は厚生労働省ホームページからダウンロードができます。

## 助成関係

助成等	内 容	備 考
一般不妊治療費助成	一般不妊治療費(人工授精)、特定不妊治療費(体外、顕微授精)の助成事業は、	詳しくは市ホームページ、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	不妊治療費の保険適用開始に伴い制度が変更になりました。	
アピアランスケア支援事業	がんの治療による脱毛や乳房切除に対するアピアランスケア用品(医療用ウィッグ・乳房補整具)購入費用の補助をします。	

## がん検診 ※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、延期・中止になる場合があります。

- 個別がん(胃・肺・大腸・前立腺・子宮・乳がん)検診・肝炎ウイルス検診：申込期間中に、希望の医療機関で直接予約をとり、検診票を受け取って受診ください。
- ▼検診場所 海部医師会等指定医療機関および海南病院(子宮・乳がん)
- ▼検診期間 10月31日(月)まで
- ▼持ち物 がん検診等受診券、保険証、検診料
- ▼申込期間 10月24日(月)まで ※海南病院は10月14日(金)まで
- ※胃がん検診の内視鏡検査は、2年に1度の隔年受診です。今年度受けると、翌年度は胃がん検診(内視鏡検査、バリウム検査とも)を受けることはできません。

## ●集団健診(バス検診)

保健センターおよび検診バスにて集団検診を実施します。一度に複数の検診を同時に受けることができます。

- ▼申込方法 ※お手元に「がん検診等受診券」をご用意のうえお申し込みください。  
<電話予約>午前8時30分から午後5時まで(土・日曜日、祝日を除く平日)  
感染症予防のため、窓口来所はできる限りご遠慮ください。
- ▼申込期間 各検診日の10日前まで(土・日曜日、祝日を除く平日)  
※ただし定員に達した場合は、申込期間内でも申し込みを締め切ります。
- ▼日 程 料金・注意事項は、広報やとみ6月号・8ページや市ホームページなどでご確認ください。  
最新の空き状況や予約に関しては、市役所健康推進課までお問い合わせください。  
○：空きあり △：残りわずか ×：満員

(令和4年9月12日現在)

日程	30代・特定後期高齢者健診	胃がん	肺がん	大腸がん	前立腺がん	子宮がん	乳がん	骨粗鬆症	胃がんリスク	無料肝炎
10/22(土)	○			○		△	○		○	○
11/2(水)	○					○	○	○	○	○
11/9(水)	○	△	△	○	○				○	○
12/1(木)	○	○	○	○	○				○	○
12/3(土)	○			○		○	○		○	○
1/11(水)	○	○	○	○	○				○	○

市役所健康推進課(内線314・315)

## 男性の方へ! 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)

市に住居登録がある、昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性の方には市から風しん抗体検査および予防接種の無料クーポン券を送付しています。  
対象者の方で、まだ抗体検査や予防接種がお済みでない方は、ぜひこの機会にご利用ください。  
クーポン券を紛失された方や転入された方は、再交付しますので市役所健康推進課までご連絡ください。

市役所健康推進課(内線312)

## 健康増進コラム ～第175回～

### コロナ禍でも、がん検診を受けましょう!

がんは早期発見・早期治療が何よりも大切です。新型コロナが流行しているため、がん検診を控えている方もいるかもしれませんが。がん検診は不要・不急の外出ではありません。まだ、がん検診を受診されていない方は早めの受診をお勧めします。

令和3年度も進行がんを含むがんが発見されています。がんを早期に発見し、治療を受けることができるよう、**コロナ禍においても、定期的にごがん検診や健康診断を受けることが大切です。**

#### ★がん発見者数

	令和2年度	令和3年度
胃がん検診	1人	0人
肺がん検診	3人	0人
大腸がん検診	7人	7人
子宮がん検診	0人	1人
乳がん検診	2人	3人



## 歯の健康講座 10月号 その482

### 妊婦と歯科

妊娠すると歯ぐきが腫れたり、出血しやすくなったりなどお口の中のトラブルが増えやすくなります。これは妊娠による女性ホルモンが急に増えることによって、唾液が粘つくようになり歯周病菌が繁殖しやすくなり、菌が増えてしまうことが原因と言われています。また、つわりにより、気分が悪く歯磨きがしにくくなったり、食事回数の増加の影響で歯垢が溜まりやすくなり、妊娠中は、よりむし歯や歯肉炎にかかりやすくなりますので、普段以上に口の中を清潔に保てるよう心がけてください。

具体的には食事をしたら毎食後、歯磨きやうがいを行うこと、難しければ、気分のいい時に歯磨きを行い、歯磨きができない場合はぶくぶくうがいをしましょう。また食べ物の好みも変化しやすいので糖分の多い飲食物や酸性食品をだらだら食べることは控えましょう。妊娠中はこのようなリスクが多いのですが自分では気づきにくいので、**つわりがおさまる安定期に妊婦歯科健診を受診しましょう。**

妊娠中にできる歯科治療はタイミングによって異なり、妊娠初期では流産の危険があるため、緊急を要する治療が必要な場合には応急処置を行います。妊娠5カ月を過ぎて安定期に入ったら配慮をしつつ通常の治療を受けることができます。妊娠8カ月を過ぎて後期に入ると緊急以外での治療を控えなければならぬので安定期までに歯科治療を済ませておきましょう。妊娠前もお口の中を清潔に保てるよう歯磨きを丁寧に、定期的な歯科健診を受けることをおすすめします。

(海部歯科医師会)