

11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	1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	28日(月)	13:00～14:00	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	30日(水)	9:00～10:10	令和2年5月生まれのお子さんに個別通知します。		
3歳児健康診査	10日(木) 24日(木)	13:00～14:00	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。	16日(水)	前期 9:10～9:20	令和4年6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2月出生児	生後9か月頃のお子さん	

新型コロナウイルス感染症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ことがあります。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。 ※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。 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 特定不妊治療費助成	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、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。	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。
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。

●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。

▼申し込み方法 ※お手元に「がん検診等受診券」をご用意の上、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10月13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
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)

市に住民登録がある、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176回～

11月は乳幼児突然死症候群(SIDS)の対策強化月間です

SIDSとは、何の予兆や既往歴もないまま乳幼児が死に至る原因の分からない病気です。12月以降の冬期に発生しやすいです。

< SIDSの発症率を低くする3つのポイント >

1歳になるまでは、寝かせる時ときはあむけに寝かせましょう。	できるだけ母乳で育てましょう。	発症の危険因子であるたばこをやめましょう。
-------------------------------	-----------------	-----------------------

< 窒息事故防止のために >

睡眠中に赤ちゃんが死亡する原因にはSIDSのほか、窒息などによる事故があります。

ベビーベッドに寝かせ、柵は常に上げて転落防止を。

敷布団や枕は赤ちゃん用の固めのものを、掛け布団は軽いものを使い、鼻や口がふさがれないように。

寝返りするようになったら、首に巻きつくもの(タオルやよだれかけ)、ぬいぐるみなどに注意。



歯の健康講座 11月号 その483

受動喫煙で歯を失う?

タバコが健康に悪いことはよく知られています。新型コロナウイルス感染症に対してもさまざまな見解がありましたが、やはり喫煙者の方が感染率や死亡率が高いようです。喫煙者は歯周病の進行が早かったり、歯周病の治療もうまくいづらいいことが分かっています。喫煙によって歯ぐきの血管が変化して、酸素や栄養、免疫細胞を運ぶ機能が低下するのです。

では、タバコは吸わなくても、他人のタバコの煙を吸ってしまう受動喫煙の場合はどうでしょうか。受動喫煙で吸う量は自分でタバコを吸うよりは少ないものの、やはり有害です。親のタバコの煙を子どもが吸うことで喘息が治りにくくなったり、家族の発ガンリスクが高まります。

お口の健康では、受動喫煙は歯周病のリスクを高めるだけではなく、むし歯のリスクを高める可能性も報告されています。

受動喫煙の機会が全くない人を1としたとき、ほぼ毎日受動喫煙にさらされている人では「歯をすべて失うリスク」が1.35倍になるという研究があります。

近年、新型たばこ(加熱式タバコ)は紙巻きタバコより有害物質が少ないことをうたっていますが、それはつまり有害物質を依然としてある程度含んでいるということになります。ですから、吸っている人や周りの人の健康被害が減るといえるものではありません。

加熱式タバコの影響については現在研究が蓄積されています。いずれにせよ煙を避けるのが健康への近道です。
 (海部歯科医師会)