


1月 保健センター だよ

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	10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	30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	25日(水)	9:00~10:10	令和2年7月生まれのお子さんに個別通知します。		
3歳児健康診査	19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。	18日(水)	前期 9:10~9:20	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→ 	保健センター(市役所3階)
		後期 10:15~10:30	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ことがあります。オンライン開催の場合は、開催日の1週間前までに市ホームページでお知らせしますので、ご確認ください。

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。 受診時には「保険証」を持参してください。 ※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	申請期限が近づいています。詳しくは33ページをご確認ください。	詳しくは市ホームページまた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		
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。	

子宮がん・乳がん無料クーポン検診はお済みですか?

受診のチャンスが残りわずかです。がんは早期発見・早期治療が有効です。ご自身の健康のために、この機会にぜひ受けましょう。

●対象

子宮がん検診	21歳	平成13年4月2日~平成14年4月1日生まれ
乳がん検診	41歳	昭和56年4月2日~昭和57年4月1日生まれ

●詳しくは、4月に送付した無料クーポン券と検診案内をご覧ください。無料クーポン券を紛失された方、転入の方はご連絡ください。

●受診方法:個別検診

医療機関	検診最終日	申し込み方法
海南病院	2月28日(火)	市役所健康推進課へ電話申し込み 12月23日(金)~2月10日(金) 希望検診日の2週間前まで
海部地区・津島市医師会		医療機関へ予約
伊勢湾岸クリニック		医療機関へ予約 検診希望日の1週間前まで

節目歯科無料クーポン検診はお済みですか?

今年度対象の方には5月に個人通知をしています。むし歯や歯周病などのお口の病気は早期発見・早期治療が大切ですが、初期のうちは痛みがなく、気づくのが遅れがち…。この機会にお口の健康状態をチェックしてみてもいいかもしれません。まずは歯周病の進行具合を調べてみましょう。

歯周病検査

「プローブ」という器具を使用し、歯肉からの出血の有無や、歯と歯肉の間の溝(歯周ポケット)の深さを調べます。深ければ深いほど、歯周病が進行しています。

- 自己負担金 無料
 - と き 3月31日まで
 - と ころ 指定の歯科医院(通知案内参照)
 - 受診方法 指定の歯科医院に予約の上、受診してください。
 - 持 ち 物 健康保険証・節目歯科無料クーポン検診受診券(ハガキ)
- 市役所健康推進課(内線312)



●対象年齢

- 平成13年4月2日~平成14年4月1日
- 平成8年4月2日~平成9年4月1日
- 平成3年4月2日~平成4年4月1日
- 昭和61年4月2日~昭和62年4月1日
- 昭和56年4月2日~昭和57年4月1日
- 昭和51年4月2日~昭和52年4月1日
- 昭和46年4月2日~昭和47年4月1日
- 昭和41年4月2日~昭和42年4月1日
- 昭和36年4月2日~昭和37年4月1日
- 昭和31年4月2日~昭和32年4月1日
- 昭和26年4月2日~昭和27年4月1日
- 昭和21年4月2日~昭和22年4月1日

一般不妊治療費助成・特定不妊治療費助成の申請期限が近づいています

※期限が過ぎたものはいかなる理由でも受け付けません。

一般不妊治療費助成	対象者	・治療期間の初日が令和4年3月31日以前 ・令和4年4月~令和5年2月までの1回の治療			
	申請期限	令和5年3月20日			
特定不妊治療費助成	対象者	・治療期間の初日が令和4年3月31日以前 ・令和4年4月~令和5年3月までの1回の治療			
	申請期限	治療終了日が令和4年4月~12月の場合	治療終了日が令和5年1月の場合	治療終了日が令和5年2月の場合	治療終了日が令和5年3月の場合
		令和5年3月31日	令和5年4月28日	令和5年5月31日	令和5年6月30日

健康増進コラム ~第178回~

歯みがき相談のご案内

お口で気になる事ありませんか?
 ちょっと聞きたいなあという方、これから赤ちゃんの歯みがきを始める方や、お子さんの仕上げ磨きに不安な方など…
 歯科衛生士にご相談ください!

- ▼日にち 月~金曜日(祝日除く) ▼時 間 要相談
- ▼と ころ 市役所健康推進課 3階保健センター
- ▼申し込み方法 お電話・窓口でお申し込みください
- 申・問 市役所健康推進課 担当 歯科衛生士(内線312)



歯の健康講座 1月号 その485

「お口ポカン」という言葉

読んで文字どおり、いつもお口が開いている状況のことで、近年こういった症状のお子さんが増えています。日常的に口が開いている「お口ポカン」の状態を口唇閉鎖不全症といいます。

人の呼吸は口を閉じて行う鼻呼吸、吸い込む空気に適度な湿度・温度を与え空気中のゴミやウイルス、細菌を鼻毛や粘膜に吸着させて、気管や肺を保護しています。最近ではアレルギー疾患やアデノイドなどにより鼻の通気性が悪くて鼻呼吸がしにくいなどで口呼吸が身についてしまう方もいます。何もせず放置するとさまざまな影響を及ぼします。

- ・口呼吸で顎が下がり、舌を前に突き出すため、猫背の原因の一つになります。
- ・お口が乾燥することで唾液の分泌量が減り、むし歯や歯周病の進行・口臭の原因となります。
- ・いびきの原因にもなります。
- ・口をずっと開けていることで顎の発育・歯並び・噛み合わせの乱れなどにより、顎のゆがみにつながっていく可能性があります。

このように「お口ポカン」で口呼吸を起こすトラブルは、早期に介入することで、鼻呼吸をはじめその他の症状の改善へとつながるかもしれません。心配な症状があれば一度かかりつけ歯科医院にご相談ください。

(海部歯科医師会)