

2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 ～ 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	7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	13日(月) 27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	22日(水)	9:00～10:10	令和2年8月生まれのお子さんに個別通知します。		
3歳児健康診査	16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 予防票を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。	15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→ 	
		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
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。 こちらからもご覧いただけます→

 **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、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

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。

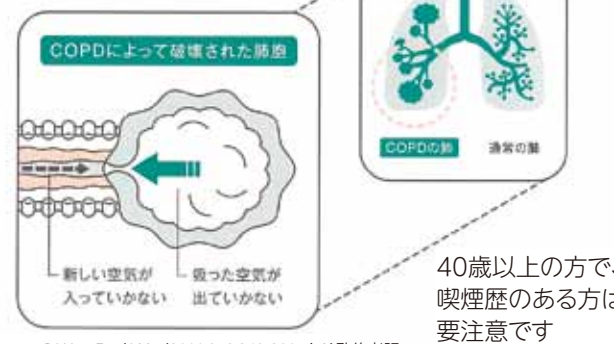
一般不妊治療費助成	対象者	・治療期間の初日が令和4年3月31日以前 ・令和4年4月から令和5年2月までの1回の治療			
	申請期限	3月20日(月)			
特定不妊治療費助成	対象者	・治療期間の初日が令和4年3月31日以前 ・令和4年4月から令和5年3月までの1回の治療			
	申請期限	治療終了日が 令和4年4月～令和4年12月の場合 3月31日(金)	治療終了日が 令和5年1月の場合 4月28日(金)	治療終了日が 令和5年2月の場合 5月31日(水)	治療終了日が 令和5年3月の場合 6月30日(金)

健康増進コラム

～第179回～

『知ってください』 COPD

COPDは肺への空気の通りが悪くなり、呼吸がしにくくなる病気です。本人が気付かないうちに進行していくことから、早期発見、早期治療が大切です。



BarnesPJ.NewEnglJ Med2000;343:269-280. より監修者訳
津田徹編．非がん性呼吸器疾患の緩和ケア第1版 2017. 南山堂，p38

※動くとすぐに息切れする、風邪でもないのに咳や痰が出る、軽い運動後に喘鳴（ゼイゼイ、ヒューヒュー）がある方はかかりつけ医に相談しましょう。

歯の健康講座 2月号 その486

ウイルス感染対策としての口腔ケア

新型コロナウイルス感染症については、手洗い・消毒による手指衛生やマスクの着用などが感染予防に重要であるという認識は、かなり定着してきました。また、最近はウイルス感染対策として口腔ケアにも関心が高まっています。

さて、新型コロナウイルスは洗浄剤にも含まれる界面活性剤がウイルス表面の脂質二重膜構造を破壊することにより不活化されることが知られています。

同様に一般的な歯磨剤にも、発泡剤として、ラウリル硫酸ナトリウム(SDS)などの界面活性剤が含まれています。歯磨剤中の界面活性剤により、ウイルスが不活化され、その結果、他者への感染リスクが低減できるという実験結果があります。

実験には、新型コロナウイルスとして最初に同定された従来型を使用し、歯磨き時に唾液で希釈されることを想定して3倍希釈した歯磨剤をウイルス液と混合し、一定時間反応させた後に、どの程度影響があるかを調べています。なお歯磨剤としては、SDS含有の歯磨剤を使用し、その結果、99.99%以上のウイルスの不活化が認められています。

これらの実験はウイルス感染対策としての口腔ケアの有用性を示すものと考えられます。今後も過度に恐れることなく、口腔ケアもして感染対策をしましょう。

(海部歯科医師会)