

4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、8:30~17:15(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。
- 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	11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	17日(月)	13:00~13:50	1歳7~9カ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10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)	13:00~13:50	3歳2~3カ月頃のお子さんを対象に個別通知します。		
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 9:10~9:20	生後5~6カ月頃のお子さん	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カ月頃のお子さん		

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。
 詳しくは市ホームページ【令和5年度予防接種事業のご案内】をご覧ください。 予防接種の詳細は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30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5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。 ※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、誤嚥性肺炎予防、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。

支援事業

助成など	内容	備考
出産・子育て応援支援事業	安心して出産・子育てができるよう妊娠前から切れ目ない相談・支援を行う「伴走型相談支援」と「出産・子育て応援ギフト(国の出産・子育て応援給付金)」による経済的支援を実施します。母子健康手帳交付時に出産応援ギフト(5万円)、出産後に子育て応援ギフト(5万円)を給付します。 ※令和4年4月以降に妊娠または出産した方が対象です。	ID1005257 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。	ID1004827

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。

特定不妊治療費助成	対象者	次すべての要件を満たしている方		
		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
	・愛知県特定不妊治療費助成事業による助成の決定を受けた治療 ・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	4月28日	5月31日	6月30日

パパママ教室を開催 要予約 in 保健センター(市役所3階)

初めての出産を迎えるご夫婦を対象に、妊娠中の生活や子育てについての教室を実施します。ぜひご参加ください。

5月14日(日) 午前9時30分~正午ごろ

受付:9時15分~

対象者

第1子を妊娠中で安定期の妊婦とそのパートナー9組

内容

- ・保健師による赤ちゃんのお世話の話
- ・歯科衛生士による歯の話
- ・沐浴体験
- ・パパの妊婦体験 など

申し込み方法 電話 先着順 ※定員に達し次第終了

申込期間 4月10日(月)~14日(金)

申・問 市役所健康推進課(内線314)

健康増進コラム

~第181回~

【受けて安心!がん検診】

4月下旬に『がん検診等受診券』が自宅に届きます。

●がん検診等受診券とは?

- ・あなたが令和5年度に受けることができるがん検診等が書いてあります。
- ・市が行っている、がん検診を予約・受診する際に必要です。

※がん検診を受けるまで大切に保管してください。

※紛失された場合は、市役所健康推進課にお申し出ください。

●受診方法は3通りです

- ①個別検診:海部津島指定医療機関で受ける検診です。予約は直接医療機関になります。
- ②集団検診:保健センターで行うバス検診です。インターネットもしくは電話予約が必要です。
- ③総合がん検診:海南病院で行う胃・大腸・肺がん検診がセットになった検診です。往復はがきによる郵送での申し込みが必要です。

★詳しくは4月号広報と一緒に配布しました「令和5年度弥富市がん検診・健康増進事業のご案内」でご確認ください。

日本人の約2人に1人が、がんにかかると言われており、死因の第1位です。死亡数は年々増えています。症状がある段階でがんが見つかる、すでに進行していることもあります。「自分だけは大丈夫」と思わないで、定期的ながん検診を受けましょう。

*** 早期発見・早期治療で、自分の体を守りましょう ***

ID1000227



歯の健康講座 4月号 その488

「お子さんのお口はポカンと開いていませんか?」

日常的に口がポカンと開きっぱなしになってしまう「お口ポカン」状態を「口唇閉鎖不全」といい、食べる、話す、呼吸などの口の機能が十分に発達していない病気である「口腔機能発達不全症」の症状の一つです。

その原因は軟らかい食べ物ばかりの食事習慣や、アレルギー性鼻炎などで鼻呼吸ができないことなどです。

軟らかく噛まなくてよい食事は舌の回数減少し、口腔周囲筋の正常な発達を阻害して口腔機能が不十分になってしまいます。その結果、舌の位置も沈下し嚙下機能の低下を招きます。また、歯列は口唇による前方からの圧がないため上顎前突(出っ歯)の傾向が強くなります。

お口ポカンになると口呼吸になり、口を閉じないことで歯肉や歯面が乾燥し、本来動くはずの唾液の自浄作用が効かないため、歯肉は腫脹して歯肉炎を発生し、虫歯のリスクも上がります。

新潟大学の研究グループによると、日本人の子どもたちの約3割がお口ポカンの状態になっていると示しています。さらに、お口ポカンの子どもの割合は年齢とともに増加する傾向があり、成長期において自然治癒が難しく、年齢が高くなるほど歯並びの歪みが大きくなってしまいますので、いかに幼い頃に、お口ポカンを防げるかが大切となります。

昨今、高齢者の嚙下機能低下による誤嚥性肺炎などの増加が社会問題になっています。お口ポカンを放っておくと乳幼児期、学齢期の口腔機能の発達不全が成人期、高齢期へ引き継がれることになり口腔機能が発達しないまま低下していくという悪い構図になってしまいます。

(海部歯科医師会)