

●**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 <電話・窓口予約> 午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日除く平日)

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)

日 程 料金や注意事項は、広報やとみ6月号や市ホームページなどでご確認ください。



○:空きあり △:残りわずか ×:満員 (令和5年10月18日現在)

市ホームページ

日程	項	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
11/22(水)		○	×	○	○	○			
12/2(土)		○			○		×	×	×
12/7(木)		○	○	○	○	○			
1/10(水)		○			○		○	○	○
1/11(木)		○	○	○	○	○			

申・問 市役所健康推進課(内線314~316)

令和5年度 高血圧予防講座

高血圧は自覚症状がない場合が多く、放っておくと血管に圧力がかかり、脳卒中や心臓病、腎臓病などの大きな病気を引き起こしかねません。高血圧についての正しい知識を得て、生活習慣を見直す機会にしませんか。

と き 12月4日(月)午後2時～4時ごろ
(受付午後1時30分～) **定 員** 30人
※定員になり次第募集を締め切ります。

と ころ 保健センター(市役所3階) **内 容** 講演「高血圧を予防するには」

対 象 者 市内在住在勤の高血圧に
関心のある74歳までの方 **【講師】** 海南病院
循環器内科部長
医師 三浦 学先生

申込期間 11月13日(月)～30日(木)



申・問 市役所健康推進課(内線315・316)

11月10日から16日までは アルコール関連問題啓発週間です

アルコールの関連問題には、20歳未満の飲酒、妊婦の飲酒、飲酒運転、アルコール依存症、暴力・DV・虐待、健康障害などがあります。

アルコールについてお悩みがある場合はご相談ください。

●相談窓口(まずは電話でご相談ください。)

津島保健所 保健所職員による相談 ☎26-4137

愛知県精神保健福祉センター アルコール専門相談【電話・面接(要予約)】
☎(052)951-5015



アルコール
健康障害
について(愛知県)



愛知県依存症
治療拠点機関
(アルコール健康障害)
啓発サイト



令和5年度 コロナワクチン接種について

令和5年10月3日時点

国の方針により変更となる場合がございます。ご了承ください。

●**令和5年秋開始接種について**

接種対象者は生後6カ月以上の方で、初回接種を終了し、最終接種日から3カ月以上経過した方です。65歳以上の方と生後6カ月以上の方で基礎疾患を有する方のみが勧奨と努力義務の対象となります。ワクチンを受ける際には、感染症予防の効果と副反応のリスクの双方について、正しい知識を持っていただいた上で、本人の意思に基づき接種をご判断いただくようお願いいたします。同意がなく、接種が行われることはありません。

接種期間は令和5年9月20日から令和6年3月31日までとなります。

・**接種券について**

オミクロン対応 2 価ワクチンを接種し、3 カ月以上経過した方は接種券を順次送付します。

※初回接種を終了し最終接種日から3 カ月以上経過した方で接種券を紛失された方や、転入された方で接種希望の方は接種券を発行しますので市役所健康推進課へ申請してください。

※お手元に未使用の接種券がある方は使用できます。

※初回接種および追加接種の使用ワクチンは、オミクロン株(XBB1.5) 対応 1 価ワクチンまたはノババックスワクチンです。

※オミクロン株(XBB1.5) 対応 1 価ワクチンなどの説明書は、厚生労働省ホームページをご覧ください。また、弥富市内医療機関でも説明書をお読みいただけます。

※インフルエンザワクチンは、同時接種が可能です。

※接種実施医療機関については市ホームページまたは同封のチラシをご覧ください。

※最新の情報については市ホームページをご覧ください。

市ホームページ
コロナワクチンに
ついてのお知らせ



厚労省新型コロナ
ワクチンについて



問 市役所健康推進課(内線 318)

健康増進コラム

～第188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歳になるまで就寝時はあお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

SIDSの他にも事故予防を!

睡眠中に赤ちゃんが死亡する原因は、
窒息などによる事故もあります。

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。

ベビーベッドに寝かせ、柵は常に上げて転落防止を。

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495

人は口から老いる オーラルフレイルとは? (前編)

WHO(世界保健機関)は「健康とは肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、全てが満たされた状態」としてはいますが、フレイルはそれらを失って要介護が目前の状態だといえるでしょう。

その最初の入り口が、最近では「口の機能の衰え」だということが明らかとなり、とても重要視されています。

研究によりますと、現在の歯の数が20本未満、舌を器用に動かす能力の低下、咀嚼する能力の低下、舌の押し力(舌圧)の低下、半年前より硬い物が噛みにくい、お茶や汁物でむせることがある。この6項目をチェックして3項目以上に該当する人は、「オーラルフレイル」と診断されます。

オーラルとは口のこと、つまり口のフレイルであり、口の機能の低下といえます。オーラルフレイルと診断された人の数年後を見ると、このようなことがわかりました。身体的フレイル状態になる人は2.4倍、サルコペニア(筋量と筋力の低下)は2.1倍、要介護認定は2.4倍、総死亡率は2.1倍となっています。

元気な高齢者、約2千人を約3年半にわたり追跡した調査です。信憑性はとても高く、オーラルフレイルを避けることが全身のフレイル予防にもつながります。口腔内を健康に保つために、日頃からの歯科医院への受診を心がけましょう。

(海部歯科医師会)