

3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、8:30~16:30(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。
 ※保健師などとの面談があり、30~40分程度かかります。余裕をもってお越しください。
 ○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

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	5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	18日(月)	13:00~13:50	1歳7~8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	13日(水)	9:00~10:10	2歳5~6か月頃のお子さんを対象に個別通知します。		
3歳児健康診査	14日(木)	13:00~13:50	3歳2~3か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。 3~4か月児健康診査でご案内します。	6日(水)	前期 9:10~9:20 後期 10:15~10:30	生後5~6か月頃のお子さん 生後9か月頃のお子さん	管理栄養士による離乳食の講話、後期のみ歯科講話 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)
ベビー&キッズ計測会	19日(火)	9:30~11:00	未就学児(0~6歳)	身体計測、発育相談、要予約(5日前まで)	

※MR2期・日本脳炎2期・2種混合・子宮頸がんワクチンは対象の方へ個別通知をしています。
予防接種 ※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

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。 ※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		

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期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。 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	

带状疱疹予防接種費用助成の申請期限が近づいています。

接種当日、弥富市に住居登録のある50歳以上の方で、令和5年4月1日から令和6年3月31日までに带状疱疹予防接種を受けた方は接種後、市役所健康推進課へ助成金の申請が必要です。
申請期限:4月10日(水)
 ※申請期限を過ぎた場合は、受け付けできませんのでご注意ください。



新型コロナワクチンの全額公費による接種は令和6年3月31日で終了します

新型コロナワクチンの全額公費による接種は、初回接種、秋冬の接種ともに令和6年3月31日で終了します。接種をご希望の方は、期間内に余裕を持って受けてください。
 4月1日以降は、65歳以上の方および60~64歳で対象となる方(※)には、秋冬に定期接種が予定されています。
 (※)60~64歳で、心臓、腎臓、呼吸器に障がいのある方(身体障害者手帳1級程度)またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障がいのある方

問 市役所健康推進課(内線318)

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

健康増進コラム ~第192回~

こころの健康 報道内容がつらいと感じたら、

衝撃的な報道などがなされる中で、自分自身も一緒につらくなってしまった経験はありませんか。そんなときは、セルフケアで気持ちを落ち着かせることも大切です。

3月は、自殺対策強化月間です



- 情報から離れる
 - ・テレビを消す
 - ・インターネット検索をやめる(スマホを見ない)
- ひと息入れてみる
 - ・深呼吸する
 - ・ストレッチする
 - ・今の気持ちを書いてみる(考えるより手を動かすことが大切です)
- 他にもいろいろあります
 - ・音楽を聴く・運動する・お風呂に入る
 - ・話す(愚痴をこぼす)・本を読む
 - ・料理をする・寝る など

大切なことは情報から離れることです。その上で自分が落ち着けることや好きなことをして気分転換をしましょう。

こころの体温計
 二次元コードにアクセスすると、簡単なアンケートで自分のこころの状態を確認できます。

問 市役所健康推進課(内線318)

歯の健康講座 3月号 その499

歯周疾患健診について

皆さん歯周疾患健診を受けたことがありますか?幼稚園や小学校、中学校時代は1年に1回は歯科健診があったと思います。しかし、大人になると義務的に受ける歯科健診はなくなってしまいます。それを補うために歯周疾患健診は市町村が行っていたり、勤めている事業所が行っていたりします。対象者にはクーポンが送られてきたり、健診用紙が送られてきたりします。対象となった場合には無料で健診が受けられますので、積極的に利用しましょう。

歯周疾患健診では、歯周病にかかっているかだけでなく、虫歯の有無や現在の歯の本数、治療の必要性の有無などを診査します。結果としては、異状なし、要指導、要精密検査に分けられます。

要指導や要精密検査になった場合は、かかりつけの歯科医院への受診をお勧めしています。

虫歯や歯周病は初期の段階では痛みが気付きにくい進行してしまうことが多いです。虫歯や歯周病はひどくなると痛みが出るだけでなく、神経を取ったり歯を抜かなくてはいけなくなる場合もあり、それに加えて治療に麻酔が必要になったり、治療回数が増えたりしてしまいます。

40歳以上の8割の人がかかっているといわれている歯周病。いつまでも自分の歯でおいしいものを食べるには健康な歯が欠かせません。それには虫歯や歯周病の早期発見、早期治療が必要です。歯周疾患健診の対象者だけでなく、全ての人が愛知県歯科医師会が提唱しているウエルネス8020を達成できるように、つまり健康な状態で80歳で20本以上の歯を残して健康寿命を延ばしていくために、少なくとも1年に1~2回はかかりつけの歯科医院で健診を受けましょう。

(海部歯科医師会)