

11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 312～317)

母子健康手帳交付

妊娠・出産・子育て期の切れ目ない支援に向けたサービスの説明とお話を伺うため、1時間程度保健師と面談をします。「妊婦のための支援給付」の手続も行います。ご予約の上、保健センターへお越しください。

●母子健康手帳交付日

平日午前9時30分～午後4時

●電話受付時間

平日午前8時30分～午後5時

●持ち物

- ☐ 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)
- ☐ 妊婦本人の振込先が分かるもの(通帳、キャッシュカードなど)

相談

事前に市役所健康推進課へ電話などでご予約ください。

子育て相談	保健師による個別相談
健康相談(生活習慣病・禁煙・ころなど)	
歯みがき相談	歯科衛生士による個別相談
栄養相談	管理栄養士による個別相談

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	4日(火)	13:00～13:40	3～4カ月頃のお子さんを対象に個別通知します。	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	10日(月)	13:00～13:50	1歳6～7カ月頃のお子さんを対象に個別通知します。		
2歳児ピカピカ教室	26日(水)	9:00～10:10	2歳1～2カ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	13日(木)	13:00～13:50	3歳1～2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。 3～4か月児健康診査でご案内します。	19日(水)	前期 9:10～9:20	5～6カ月頃のお子さん	管理栄養士による離乳食の講話、後期のみ 歯科講話があります。 離乳食に関する動画は こちら▶ 	
		後期 10:15～10:30	9カ月頃のお子さん		
ベビー&キッズ計測会	25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)	

予防接種についてお知らせ

※MR2期・日本脳炎2期・2種混合・ヒトパピローマウイルス感染症予防接種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。▶



支援事業

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。

助成など	内 容	
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
若年がん在宅療養支援事業	若年がん患者の在宅サービスなどの費用の一部を補助します。	ID1006074
産後ケア事業	産後1年以内の方が、指定医療機関で産後支援を受けられます。(自己負担あり)	ID1003256

医師に学ぶ高血圧予防教室 ～基本から予防・治療まで～

よく耳にするけど自覚症状はない高血圧。放っておくと、脳血管疾患・心疾患・腎疾患など大きな病気を引き起こすこともあります。

この機会に基礎から学んで、生活習慣を見直しませんか。

当日は血管年齢測定の実験(希望者)もあります。

講 師 海南病院 循環器内科代表部長 医師 三浦 学氏

と き 12月3日(水)午後2時～4時ごろ(受け付け:午後1時半～)

と ころ 保健センター(市役所3階)

対 象 市内在住在勤の高血圧に関心のある74歳までの方

定 員 30人 ※定員になり次第募集を締め切ります。

申込期間 11月4日(火)～28日(金)

申し込み方法 電話



●集団検診(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。

ID1005986



▲市ホームページ

申し込み方法 <電話・窓口予約> 平日午前8時30分～午後5時

申込期間 各検診日の10日前まで(土・日曜日、祝日を除く)

※ただし定員に達した場合は、申込期間内でも申し込みを締め切ります。

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。

お詫びと訂正 10月号掲載の下表中11月15日(土)の項目に誤りがありました。正しくは以下の通りです。(10月1日現在)

日程	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	協会けんぽ健診
11/15(土)	○	○	○	○				
12/10(水)			○		○	○		
12/22(月)	○	○	○	○				
1/15(木)			○		○	○	△	○※1

※1:協会けんぽ愛知支部(被扶養者)の特定健診と市のがん検診を同時に受診できます。
申し込み方法など詳細は、協会けんぽからの案内をご覧ください。

○:空きあり △:残りわずか ×:満員

子ども及び妊婦インフルエンザ 予防接種費用助成について

弥富市指定医療機関におけるインフルエンザ予防接種に係る費用の一部を助成しています。接種期間は令和8年1月31日(土)までです。詳しくは広報やとみ10月号もしくは弥富市公式ホームページでご確認ください。

高齢者インフルエンザ予防接種・ コロナウイルス予防接種について

高齢者インフルエンザ予防接種・コロナウイルス予防接種を実施しています。各戸配布しました「高齢者インフルエンザ予防接種を受ける方へおよび高齢者コロナ予防接種を受ける方へ」をよくお読みの上、接種してください。

	高齢者インフルエンザ予防接種	コロナウイルス予防接種
接種料金	1,200円	4,000円
対象者	接種日に満65歳以上の方 満60歳以上65歳未満の方で、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(事前に申請が必要です。)	
接種期間	10月15日(水)～令和8年1月31日(土)	
予約受付	指定医療機関へ直接ご予約してください。	

健康増進コラム

11月は乳幼児突然死症候群(SIDS)の 対策強化月間です

乳幼児突然死症候群(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といわれています。

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)、ぬいぐるみなどにご注意を。

歯と口の健康講座 11月号 その519

いつまでもおいしく食べるために ～歯の定期検診が将来の健康を守ります～

皆さんは「8020(ハチマルニイマル)運動」をご存知でしょうか?これは、「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という、日本の厚生労働省と日本歯科医師会が推進する健康づくりの運動です。人間の歯は親知らずを除くと28本あり、そのうち20本以上歯があれば、ほとんどの食事を不自由なく楽しめるとされています。しかし、現実には高齢になるにつれ歯を失う方が多く、食事の楽しみだけでなく、全身の健康にも影響を与えます。

実際、日本の80歳の平均残存歯数は令和4年の厚生労働省調査ベースで約17本。一方、予防歯科が進んでいるスウェーデンでは、80歳でも平均20本以上の歯が残っているというデータがあります。この違いの大きな要因は「歯の定期検診」にあります。スウェーデンでは国民の約9割が定期的に歯科を受診していますが、日本では約半数にとどまっているのが現状です。むし歯や歯周病は初期には痛みなどの自覚症状が出にくいので、気づかぬうちに進行してしまうことも。だからこそ、「悪くなる前に予防する」ことが何よりも大切です。

定期検診では、歯科医師や歯科衛生士がお口の状態を確認し、必要に応じて歯石除去やブラッシング指導などを行います。これによりトラブルの早期発見・早期対応ができるだけでなく、歯を守る習慣も身に付けられます。人生100年時代。自分の歯でおいしく食べ、笑顔で過ごす毎日続けるために、定期的な歯科検診を生活の一部にしてみませんか?ご自身だけでなく、大切なご家族の健康を守る第一歩となるはずです。

(海部歯科医師会)