

12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	2日(火) 9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	8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	24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	4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。	17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。 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	23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▶



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

健康増進コラム

アプリを使ってやとみ健康マイレージに参加しましょう!

やとみ健康マイレージは、①健診を受け、②健康づくりを30日間実践しポイントをとめると、『あいち健康づくり応援カード(まいか)』がもらえる事業です。チャレンジシートまたはアプリ、どちらかで参加できます。

今年度、本事業に参加された方には、先着300人に『さんちゃんタオル』をプレゼントします。『やとみ健康マイレージポイントカード』を市役所健康推進課までお持ちください。アプリで参加の方はスマホを持参してください。

【対象】小学生以上の市内在住・在勤・在学者

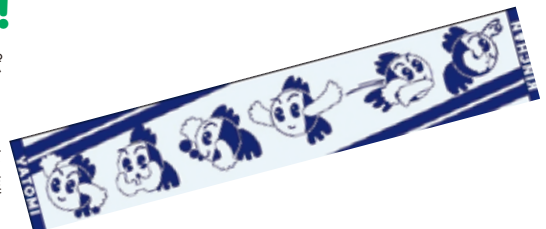
【ポイントをとめる期限】12月31日(水)

【ポイントカード提出期限】令和8年1月30日(金)(平日8:30～17:15)

【提出先】市役所3階 保健センター

※ポイントカードはホームページからダウンロードまたは保健センター窓口で交付します。または「あいち健康プラス」アプリをダウンロードしてください。

詳しくは「やとみ健康マイレージ」で検索!



『まいか』とは?…県内の協力店で、サービスが受けられる優待カードです。協力店一覧は、市ホームページで確認できます。

がん検診

●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

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。(10月24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	協会けんぽ健診
12/10(水)			○		○	○	
12/22(月)	○	○	○	○			
1/15(木)			○		△	△	○※1



▲市ホームページ

※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
問 市役所健康推進課(内線315・316)

予防接種はお済みですか

予防接種名	対象年齢	期日	受診方法
MR混合 第2期	平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれの児	令和8年3月末日まで	指定医療機関に予約の上、 予診票・母子健康手帳・マイナ保険証などを持参し接種してください。
日本脳炎 1期	初回接種：標準的には3～4歳の期間に6～28日までの間隔において2回接種 追加接種：初回接種終了後から6カ月以上（標準的には概ね1年後）の間隔において1回接種	7歳6カ月未満まで	
日本脳炎 2期	9歳以上13歳のお誕生日の前日まで※小学4年生に個別通知しています。 現在小学3年生の方は令和8年4月に個別通知しますのでお待ちください。	13歳のお誕生日前日まで	
2種混合	11歳以上13歳のお誕生日の前日まで※小学6年生に個別通知しています。 現在小学5年生の方は令和8年4月に個別通知しますのでお待ちください。		
子宮頸がん予防接種 ヒトパピローマウイルス感染症	定期接種 小学校6年生～高校1年生相当の女性 (平成21年4月2日～平成26年4月1日生まれの方)※個別通知しています。詳細は通知案内をご覧ください。		指定医療機関は市ホームページをご確認ください。
	キャッチアップ接種(令和8年3月31日終了) 平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女性でキャッチアップ接種期間中(令和4年4月1日～令和7年3月31日まで)にHPVワクチンを1回以上接種している方。※すでに3回接種された方は対象外です。		

※対象の方には予診票を郵送しています。紛失された方や転入の方は、母子健康手帳を持参の上、市役所健康推進課までお越しください。

令和7年度高齢者肺炎球菌予防接種について

対象者

①65歳の方(66歳のお誕生日前日まで接種ができます。)

②60歳以上65歳未満の方であって、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいのある方(身体障害者1級程度)

※既に肺炎球菌ワクチン(ポリサッカライド)の接種を受けたことがある方は対象外となります。

※②に該当され、接種を希望される方は、市役所健康推進課へお問合せください。

65歳を迎えられた方に、順次個別通知でご案内をします。
誕生日の翌月上旬に発送をします。

歯と口の健康講座 12月号 その520

ネット依存と子供の歯の健康

永久歯のむし歯になるリスクが一番高いといわれるのは、学齢期(満6歳以後の9年間)です。富山大学学術研究部医学系疫学健康政策学講座で2018年に富山県内の4～6年生の小中学生13,413名を対象に、むし歯に関する調査研究を行いました。

その結果、生活習慣との関係では、「朝食を食べない」「遅い就寝」「歯みがき回数が1日1回以下」「家庭でメディア利用のルールがない」「ネット依存」に該当する児童でむし歯の割合が増え、とくに男子ではネット依存、女子では就寝時間が遅くなるにつれてむし歯の割合が階段状に高くなりました。

むし歯になりやすさと「ネット依存」との関連が注目されますが、むし歯リスクが高くなる理由にはゲームや動画に長時間を費やすことでジュースや甘いお菓子を食べる機会が増えること、さらにはゲームやSNSを長時間利用することによる心理的なストレスや負担などから唾液の免疫機能が低下することなどが挙げられています。スマホやパソコンに熱中するあまり、歯みがきがおろそかになる可能性も否めません。

また、ネット利用に関連して、「メディア利用のルールがない」家庭の児童にむし歯が多い傾向があり、食事やおやつの内容、歯みがき習慣などと同様に、生活全般について親の目が行き届いているかどうかの一端を表しているのではないかと考えられます。

むし歯は生活習慣によって防げる疾患です。お子さんのネット利用が当たり前になった今、毎日の朝食摂取、早い就寝、1日2回以上の歯みがきといった規則正しい生活習慣に加えて、家庭でメディア利用のルールをもつことがむし歯予防の一環として重要だといえそうです。

(海部歯科医師会)