

2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します。「妊娠のための支援給付」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)
- 妊娠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

健康相談(生活習慣病・禁煙・こころなど)

保健師による個別相談

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	3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	2日(月) 16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	25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	12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。	18日(水)	前期 9:10~9:20 後期 10:15~10:30	5~6カ月頃のお子さん 9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▶	
ベビー&キッズ計測会	24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wig・乳房補整具)購入費用の補助をします。
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。
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)



健康増進コラム 「COPD」には要注意!

咳やたんが出やすい

歩くと息があがる

階段や坂道をのぼると
息切れする

このような症状が出ている場合、COPD(慢性閉塞性肺疾患)かもしれません。

COPDとは、肺への空気の通りが悪くなり、呼吸がしにくくなる病気です。たばこの煙が主な原因であり、長期間の喫煙によって発症することから「肺の生活習慣病」と呼ばれています。

COPDは本人が気づかないうちに進行してしまうため、早期発見・早期治療が大切です。症状がある場合は医療機関を受診しましょう。



高齢者肺炎球菌予防接種対象者の方へ

65歳になられた方にご案内しております高齢者肺炎球菌予防接種の自己負担金額が、令和8年4月1日接種分から改正となります。66歳のお誕生日以前まで接種できますが、ご希望の方は接種をお願いします。

RSウイルスワクチン予防接種について

厚生労働省からRSウイルスワクチン予防接種が定期予防接種化の方針が示しました。対象者は妊娠28週0日から36週6日までの妊婦の方です。令和8年4月1日から開始予定となります。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。▶▶▶



子宮がん・乳がん無料クーポンをお持ちの方へ 検診は2月28日まで!



無料で受けていただける最後のチャンスです

がんは早期発見・早期治療が有効です。ご自身の健康のために、この機会にぜひ受けましょう。

●対象者

子宮がん検診	21歳	平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれ
乳がん検診	41歳	昭和59年4月2日～昭和60年4月1日生まれ

●受診方法

医療機関	検診最終日	申し込み方法
海部地区・津島市医師会	2月28日(土)	医療機関へ予約
伊勢湾岸クリニック		医療機関へ予約 検診希望日の1週間前まで

●詳しくは、4月に送付した無料クーポン券と検診ガイドをご覧ください。

がん検診・歯周病検診等受診券、無料クーポン券を紛失された方、転入の方は再発行しますのでご連絡ください。

歯と口の健康講座 2月号 その522

歯科と耳鼻科

食事をしていたら急に「キーン」と耳鳴りがしたり、一時的に難聴になったり、クラクラした経験はありませんか。もしかしたら噛み合わせが原因かもしれません。

例えば、奥歯の噛み合う歯がなかつたり、高さが低すぎると顎がずれたりします。顎関節の後ろには耳の神経などがあるので影響を及ぼし、そのため神経を刺激して耳に症状が出ているのかもしれません。また、顎の筋肉や神経への影響が耳鳴りを起こすことがあります。歯がなければ噛み合わせを早期に回復することをお勧めします。

他にも歯科と耳鼻科に関連したケースでは「上顎洞炎」などがあります。上顎洞炎とは蓄膿症とも呼ばれ、鼻の左右横にある骨(上顎骨)の中に空洞があり、その空洞内の粘膜が炎症を起こしている状態です。主な症状は鼻水、鼻づまり、眼の下の痛み、頭重感、顔面の痛みなどで、原因は風邪やアレルギー、または上顎の奥歯のむし歯や歯周病などが考えられます。歯が原因となる場合は「歯性上顎洞炎」と呼ばれ、歯科治療と耳鼻咽喉科での治療を同時に実行が必要があります。予防法は日々の丁寧な歯磨きやフロスの使用、定期的な歯科健診を受けて歯周病などの早期発見と治療を行うことです。少しでも気になるなら早めにかかりつけ歯科医を受診し快適な生活を取り戻してください。

(海部歯科医師会)