# 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3時

**●電話受付時間**
平日　午前9時～午後4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 | 1日(火)<br>8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 | 14日(月) | 13:00～13:50 | 1歳6～8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 | 23日(水) | 9:10～10:10 | 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 | 10日(木) | 13:00～13:50 | 3歳0～1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<br>※希望の方は事前に**予約が必要です。**<br>3～4か月児健康診査でご案内します。 | 16日(水) | 前期<br>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。 | |
| | | 後期<br>10:15～10:30 | 9カ月頃のお子さん | | |
| ベビー&キッズ計測会 | 22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について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・エピテーゼ）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ためると、『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。
チャレンジシートか、アプリでの参加のどちらかを選択できます。
今年度、本事業に参加された方には、先着で『きんちゃんタオル』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
**【ポイントをためる期間】**8月1日（土）～12月31日（木）
**【ポイントカード提出期限】**令和9年1月29日（金）まで（平日午前9時～午後4時）
**【提出先】**市役所3階　保健センター
※ポイントカードは市ホームページよりダウンロードまたは市役所保健センター窓口で交付します
※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9時～午後4時

**申込期限** 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。

▲市ホームページ

○：空きあり　△：残りわずか　×：満員　（令和8年11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 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 12/15(火) | ○ | ○ | ○ | ○ | | |
| 12/17(木) | | | △ | | △ | △ |

※1/19（火）は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することができます。
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。

問 市役所健康推進課（内線315・316）

# 予防接種はお済みですか

対象者の方には4月にご案内を郵送しました。まだお済みでない方は海部・津島市医師会指定医療機関で予約の上、接種してください。指定医療機関以外で接種をご希望の場合は、健康推進課で事前申請が必要です。また、対象者の方で、予診票を紛失された方や転入者は、市役所健康推進課までご連絡ください。

<お子さんの予防接種>

| 予防接種名 | 対象年齢 | 期日 |
|---|---|---|
| MR混合　2期 | **令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれの児** | **令和9年3月末日まで** |
| 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年生に個別通知しました。 | 13歳のお誕生日の前日まで |
| 2種混合 | **11歳以上13歳のお誕生日の前日まで**※小学6年生に個別通知しました。 | |
| 子宮頸がん<br>ヒトパピローマウイルス感染症 | **小学6年生～高校1年生相当の女性**<br>（平成22年4月2日～平成27年4月1日生まれの方）※詳細は個別通知案内をご覧ください。 | |

<高齢者の予防接種>

| 予防接種名 | 対象年齢 | 期日 |
|---|---|---|
| 帯状疱疹 | **①65・70・75・80・85・90・95・100歳の方**<br>**②60歳以上65歳未満の方で、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（身体障害者手帳1級程度）希望者は事前に申請が必要です**<br>ご注意<br>2回接種が必要な組み換えワクチンを公費（自己負担1回7,000円）で終えるためには、令和9年1月31日までに、1回目の接種をする必要があります。 | **令和9年3月末日まで** |

## 歯と口の健康講座 12月号 その532

### 『歯周病予防で生涯健康に』

虫歯と並んで歯科の2大疾患といわれている「歯周病」は、歯と歯ぐきの境目のすき間（歯周ポケット）に細菌が入り込んで起こる感染症です。

歯ぐきに炎症が起きたり、進行すると歯を支えている歯ぐきの骨が溶けたりする病気で歯を失う原因の代表です。

歯周病は、脳疾患や心疾患などのリスクを高め、糖尿病を悪化させるなど全身の健康を脅かす恐れがあります。また認知症や誤嚥性肺炎、妊婦さんの場合は早産や低体重児出産に関係があることも分かってきました。

歯周病は「サイレント・ディジーズ（沈黙の病気）」と呼ばれ、初期にはほとんど症状がなく定期健診が重要です。

政府も口腔健康管理の必要性を重視して、「骨太の方針」では「生涯を通じた歯科健診（いわゆる国民皆歯科健診）に向けた取組の推進」を明記しました。

今後は妊産婦、大学生、労働者、成人期、高齢期などにおける歯科健診の制度化および拡充が進んでいくと思われます。

歯とお口の健康は、病気の重症化を予防し、健康寿命の延伸につながります。年2回以上は定期的に歯科医院などでチェック&ケアを受けて歯とお口の健康を維持しましょう。　（海部歯科医師会）