

すこやかガイド

●忘れていませんか？

予約制

～今年度がん検診を受診できる最後のチャンス～

町が実施するがん検診は、下記の場所で受診することができます。
受診の際は、4月下旬に郵送した「がん検診等受診券」を必ずご持参ください。

個別検診(指定医療機関) 10月31日(火)で終了しました。

なお子宮頸がん、乳がん無料クーポン券をお持ちの方は、令和6年2月29日(木)まで受診することができます。ご希望の方は直接医療機関に予約をし、受診してください。

集団検診(保健センター) お申込み、会場は保健センターです。定員になり次第締め切ります。

●開催日程

検診日		がん検診					女性の検診		風しん 抗体 検査
		胃	肺	大腸	前立腺	肝炎	子宮	乳	
11月1日(水)	午前	×	●	●	●	●	●	●	●
	午後		●	●	●	●	●	●	●
11月12日(日)	午前	×	●	●	●	●	×	●	●
12月10日(日)	午前	●	●	●	●	●	●	●	●

●は予約に空きあり ×は定員に達しました(10月5日現在)

※受診できる検診については、「がん検診等受診券」をご確認ください。

※風しん抗体検査については、予約不要です。下記受付時間内にお越しください。

【受付時間】午前8時45分～11時15分、午後1時～3時30分

※風しん抗体検査には、クーポン券が必要です。対象の方(昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性)で、クーポン券の再発行が必要な方は、保健センターへお問い合わせください。

※予約方法、その他詳細については、4月下旬に各戸配布した「がん検診等のお知らせ」または町ホームページをご覧ください。



予約・問合せ先 保健センター健康館すこやかおおはる ☎(444)2714

●第7回 保健推進員主催 町内ウォーキング
～新川沿いを歩くゆったりコース～

とき 12月5日(火) 午前9時～10時30分

※雨天中止

集合場所 ハツ屋防災コミュニティセンター

※お車でのお越しはご遠慮ください。

対象 町内在住の方

※小学生以下は保護者が同伴してください。

参加費 100円

(本年度に初めて参加する方のみ)

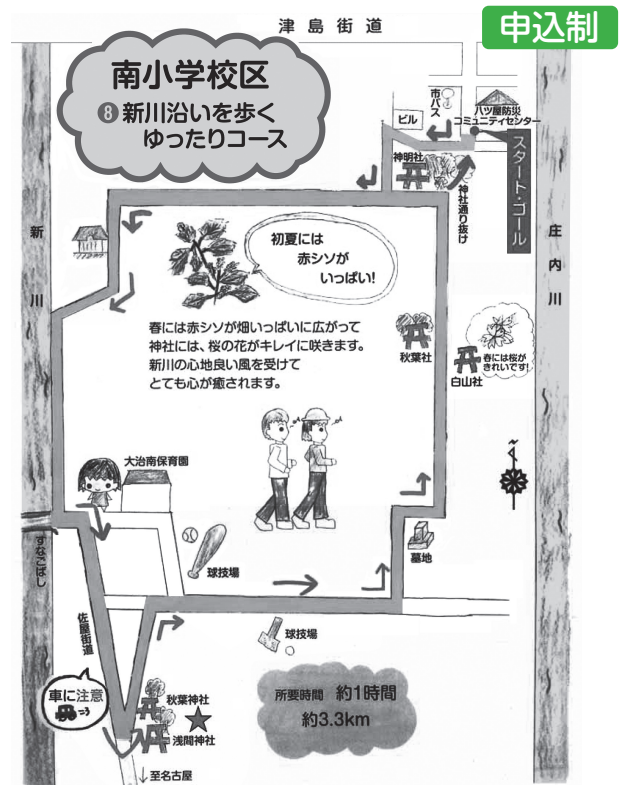
持ち物 タオル、帽子、動きやすい服装、飲み物

(必ず持参してください。)

申込・問合せ先

保健センター健康館すこやかおおはる

☎(444)2714



●スクエアステップリーダー主催 スクエアステップ教室

申込制

スクエアステップは、マット上でステップを踏む運動です。体力づくり、転倒予防、脳機能の活性化に効果があると言われています。ぜひ、ご参加ください。

とき 11月29日(水) 午後2時～3時30分(受付時間 午後1時50分)

ところ 保健センター健康館すこやかおおはる **対象** 町内在住の方

定員 16名 ※定員に達し次第締め切り **持ち物** タオル、飲み物、上靴、動きやすい服装

申込・問合せ先 保健センター健康館すこやかおおはる ☎(444)2714

●ゲートキーパー養成講座のご案内

申込制

とき 11月27日(月) 午後2時～3時(受付時間 午後1時50分)

ところ 保健センター健康館すこやかおおはる

対象 町内在住の方 **内容** ゲートキーパーの養成

講師 保健センター保健師 **定員** 20名 ※定員に達し次第締め切り

ゲートキーパー養成講座とは

ゲートキーパーとは悩んでいる人に気づき、声をかけることができる人です。あなたの身の回りには、「自分なんて価値がない」「働く意味がなくなった」「消えてしまいたい」などと思っている方はいませんか?身近な人から悩みを打ち明けられた時の対処方法や、支援の仕方について一緒に勉強しませんか。

申込・問合せ先 保健センター健康館すこやかおおはる ☎(444)2714

新型コロナワクチンのご案内

10月4日時点

令和5年秋開始接種のお知らせ

対象 初回接種が完了した、生後6カ月以上のすべての方

※初回接種 生後6カ月～4歳(1～3回目)、5歳以上(1・2回目)

接種期間・接種回数 令和5年9月20日～令和6年3月31日の間に1人1回

接種費用 自己負担なし(無料)

使用ワクチン ファイザー社またはモデルナ社のオミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチン

接種間隔 前回接種から3カ月経過後

接種券発行申請が必要な方 初回接種が完了した、**生後6カ月～64歳の方**で追加接種を希望する方

※未使用の接種券をお持ちの方は、そのまま使用することができますので申請は不要です。

※64歳以下の医療従事者、基礎疾患を有する方等も申請が必要です。

※65歳以上の方へは申請なく接種券を送付します。

申請方法

コールセンター	コールセンター ☎(444) 8211 (午前8時30分～午後5時 ※平日のみ)にご連絡ください。申請内容を口頭で確認します。
メール	以下の内容を記入のうえ、corona_hoken@town.oharu.lg.jpにメールを送信してください。 ①氏名 ②生年月日 ③日中連絡可能な電話番号
郵送または窓口	接種券発行申請書を郵送または窓口へ提出 宛先 〒490-1143 大治町大字砂子字西河原14番地の3 大治町保健センター健康館すこやかおおはる ※申請書は町ホームページからダウンロードできます。



問合せ先 大治町新型コロナワクチン接種コールセンター ☎(444) 8211
保健センター健康館すこやかおおはる ☎(444)2714

大治町妊産婦・乳児健康診査費等補助金制度のご案内

受診票ごとに定められた金額を限度に、健康診査費用の払い戻しをします。

対象費用

「愛知県外の医療機関(日本国内)」または「助産院(愛知県内・外)」で妊婦健康診査、産婦健康診査、「愛知県外の医療機関(日本国内)」で新生児聴覚検査、乳児健康診査にかかった費用

申請の手続き

- ・必要な書類については、保健センター窓口または町ホームページより入手できます。
- ・対象等の詳細については、町ホームページをご確認ください。

申請期限

- ・妊産婦・乳児健康診査、新生児聴覚検査 受診日から5年以内
- ・新生児聴覚検査については、出生日が平成31年4月1日以降

申請・問合せ先 保健センター健康館すこやかおおはる ☎(444)2714



●若い頃からの生活習慣病予防が大事!

日頃から自分の「生活習慣」を意識していますか。生活習慣の乱れが積み重なると若い頃から生活習慣病になる危険があります。

20～30歳代の若い人でもメタボや脂質異常などの生活習慣病予備軍の人が多くいます。生活習慣病には次のような病気があります。

- ・高血圧症 ・脂質異常症 ・糖尿病 ・動脈硬化 ・脂肪肝 ・痛風
- ・メタボリックシンドローム

これらの生活習慣病は、病名のとおり、生活の習慣によって起こる病気です。適度な運動や食生活の改善によって、予防できたり、進行を遅らせたりすることができます。生活習慣病は症状として現れないため、一年に一回は健診を受けて自分の生活習慣を振り返りましょう。

30歳以上の国民健康保険加入者の方や後期高齢の方は、人間ドック・脳ドックの受診費用の一部を助成します。

問合せ先 役場 保険医療課 内線144

●みんなで減らそう! 無駄な医療費

年々増加傾向にあり、今後も増えることが予想される医療費。

この医療費は、皆さんが納める保険税(料)で賄われているため、医療費が増え続けると、保険税(料)の負担増につながってしまいます。

大切な医療費を無駄遣いしないように次の点に注意して、適切な受診を心掛けましょう。

- ・日頃から健康づくりを心掛けましょう。
- ・定期的に健康診断を受けて、早期発見・早期治療を心掛けましょう。
- ・気軽に相談に乗ってくれるかかりつけ医を持ちましょう。
- ・重複受診やはしご受診はやめましょう。
- ・薬は適切な用量、用法で服用しましょう。
- ・なるべく診療時間内に受診するようにしましょう。

問合せ先 役場 保険医療課 内線144



の健康講座

海部歯科医師会

人は口から老いる
オーラルフレイルとは?(前編)

WHO(世界保健機関)は「健康とは肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態」としていますが、フレイルとはそれらを失って要介護が目前の状態だと言えるでしょう。その入り口が、最近では「口の機能の衰え」だということが明らかとなり、とても重要視されています。

研究によると、①現在の歯の数が二十本未満②舌を器用に動かす能力の低下③咀嚼しやすくする能力の低下④舌の押し力(舌圧)の低下⑤半年前より硬い物が噛みにくい⑥お茶や汁物でむせることがある。この6項目のうち3つ以上に該当する人は、「オーラルフレイル」と診断されます。

オーラルとは口のこと、つまり口のフレイルであり、口の機能の低下と言えます。オーラルフレイルと診断された人の数年後を見ると、身体的フレイル状態になる人は2.4倍、サルコペニア(筋量と筋力の低下)は2.1倍、要介護認定は2.4倍、総死亡率率は2.1倍となっています。元気な高齢者、約2千人を約3年半にわたり追跡した調査です。

信憑性はとても高く、オーラルフレイルを避けることが全身のフレイル

予防にもつながります。
口腔内を健康に保つために、日頃からの歯科医院への受診を心がけましょう。

母子保健事業

- 持ち物 母子健康手帳(必須)
- 会場は保健センター健康館すこやかおおはるです。
- 保健センターでの飲食はできません。あらかじめ済ませて来所してください。

予 予約制

名称	対象	とき	受付時間
母子健康手帳の交付	妊娠した方	毎週火曜日	午前9時～10時30分
	※他の曜日・時間をご希望の方はご相談ください。 【持ち物】①妊娠届出書 ②本人確認書類 ③マイナンバーの分かるもの ④通帳やキャッシュカード等妊婦本人の振込先が分かるもの(旧姓不可)		
妊婦・乳幼児相談	妊娠した方・乳幼児	毎週火曜日	午前9時30分～11時
	※身体計測のみ希望の方は予約不要		
母乳相談	妊娠・授乳している方	11月14・28日(火)	午前9時～11時
栄養相談	乳幼児とその家族	11月28日(火)	午前9時～11時
ことばの相談	幼児	11月8・22日(水)	午後1時30分～3時30分
前期離乳食教室	4～6カ月頃の乳児とその家族	12月7日(木)	午前10時～10時10分
後期離乳食教室	8～11カ月頃の乳児とその家族	12月8日(金)	午前10時～10時10分
産後ケア事業 (短期入所型・居宅訪問型)	育児支援を必要とする母子	産後1年まで	
	お母さんの心身のケアや、授乳指導、育児相談等が受けられます。詳しくは、お問合せください。 【短期入所型】産科医療機関に宿泊 【居宅訪問型】居宅に助産師等が訪問		

＜乳幼児健診＞

- 対象の方へ個別に通知します。通知が届いてから保健センター☎(444)2714へ予約してください。
- 定員に達した場合、次回の健診日をご案内することがあります。

名称	対象	とき	受付時間
乳児健康診査	令和5年7月生まれ	11月15日(水)午後	予約した時間
	【持ち物】質問票・バスタオル・オムツ		
9か月児相談	令和5年2月生まれ	11月15日(水)午前	予約した時間
	【持ち物】質問票・オムツ		
1歳6か月児健康診査	令和4年4月生まれ	11月14日(火)午後	予約した時間
	【持ち物】質問票 【注意】歯みがきを済ませて来所してください。		
2歳児歯科健康診査	令和3年10月生まれ	11月9日(木)午前	予約した時間
	【持ち物】質問票・タオル・コップ・使用中の歯ブラシ 【注意】歯みがきを済ませて来所してください。		
3歳児健康診査	令和2年10月生まれ	11月16日(木)午後	予約した時間
	【持ち物】質問票 【注意】歯みがきを済ませて来所してください。		

成人保健事業

- 会場は保健センター健康館すこやかおおはるです。

予 予約制

事業名	対象	とき	受付時間
成人健康相談	成人	毎週火曜日	午前9時30分～11時
禁煙相談	たばこをやめたいと思っている方	毎週火曜日	午前9時30分～11時
栄養相談	成人	11月28日(火)	午前9時～11時
心の健康相談	心の悩みのある方やその家族等	毎週火曜日	午前9時30分～11時
	※医療機関に相談している方を除く		

歯科保健事業

保健センター 保健センター健康館すこやかおおはるで実施(要事前予約:保健センター)

医療機関 医療機関で実施(要事前予約 指定歯科医療機関)

事業名	対象	とき
歯みがき 相談 保健センター	乳幼児および成人 【持ち物】使用中の歯ブラシ、母子健康手帳(乳幼児)	11月14・28日(火) 【受付時間】午前9時～11時
6歳臼歯 保護育成事業 医療機関	満6歳から、小学3年生に該当する年度末まで ※町に住民登録のある方のみ 【申込方法】保健センター健康館すこやかおおはるへお申し込みください。(郵送可)	随時
妊産婦 歯科健康診査 医療機関	妊娠中および産後1年未満の方 ※町に住民登録のある方のみ(歯科治療中の方を除く)	随時
歯周病健診 医療機関	41・51・61・71歳の方(令和6年3月末時点) ※町に住民登録のある方のみ(歯科治療中の方を除く)	随時

予防接種

- 接種時の持ち物 母子健康手帳・予診票・健康保険証等
- 接種回数、間隔等詳しくはホームページをご確認ください。

ワクチンの種類(定期・子ども)

Hib(ヒブ)、小児の肺炎球菌、B型肝炎、ロタ、4種混合、BCG、麻しんおよび風しん(MR混合ワクチン)、水痘(水ぼうそう)、日本脳炎、不活化ポリオ、3種混合、2種混合、ヒトパピローマウイルス感染症

- 海部地区(大治町・津島市・愛西市・弥富市・あま市・蟹江町・飛鳥村)指定医療機関で接種してください。
- 長期にわたり療養を必要とする疾病にかかった方等の定期接種の機会を確保する制度があります。詳しくは保健センターへお問合せください。(ロタ、インフルエンザは除く)
- 予防接種の予診票が手元にない方は、母子健康手帳を持って、保健センターへお越しください。
(母子健康手帳をお持ちでない場合、予診票を交付することはできませんので、ご了承ください。)

ワクチンの種類(定期・大人)	対象	接種期限等
高齢者肺炎球菌	今年度に以下の年齢に達する方のうち、過去に接種を受けていない方 65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳	接種期限 令和6年3月31日(日) 対象の方には令和5年3月末に接種券を郵送しています。接種券を持参の上、海部地区指定医療機関で接種してください。 接種料金 2,000円(生活保護世帯は無料)
高齢者インフルエンザ	接種日に満65歳以上の方	接種期間 10月15日(日)～令和6年1月31日(水) 接種料金 1,200円(生活保護世帯は無料)

- 接種日に満60歳以上65歳未満で、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障害を有する方は保健センターへお問合せください。
- 生活保護世帯の方は、接種前に申請が必要です。保健センターへお問合せください。
- [高齢者肺炎球菌] 過去に接種した方は接種券をご利用頂けません。自費(任意)で接種した場合も含まれます。

愛知県広域予防接種事業について

海部地区の指定医療機関以外の医療機関(愛知県内)で定期予防接種が受けられます。接種前に申請が必要になりますので、詳細については保健センターへお問合せください。広域予防接種連絡票の発行に2週間ほどかかります。

《風しん抗体検査および第5期予防接種》

風しん抗体検査・予防接種を公費で1回限り受けられます。 ※抗体検査の結果、十分な量の抗体があった方は、予防接種は不要です。

対象 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日の間に生まれた男性(令和4年5月中旬にクーポン券送付済)
クーポン券の再交付が必要な方は保健センターへお問合せください。(電話申請可)

場所	方法等
医療機関等 (抗体検査・予防接種)	本事業に参加している全国の医療機関等で実施しています。 厚生労働省のホームページでご確認ください。

問合せ先 保健センター健康館すこやかおおはる ☎(444)2714