

すこやかガイド

●保健推進員主催 骨盤矯正体操 ～骨盤を正して健康維持をしませんか～

とき 2月24日(月)午前10時～11時30分

ところ 保健センター健康館すこやかおおはる

対象 一般成人

講師 健康づくりリーダー

内容 軽体操、骨盤矯正など

参加費 100円(保険料)

持ち物 タオル、飲み物、動きやすい服装

申込期限 1月30日(木)から定員20名に達するまで

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



●一般不妊治療費を助成します

人工授精(健康保険適用分は除く)にかかった費用の半額(上限45,000円)が補助されます。

申請期間 平成25年3月から平成26年2月に診療を受けた費用を平成25年4月から平成26年3月までに申請 ※さかのぼって申請をすることはできません。

必要書類 医療機関の証明、戸籍謄本等、取得に時間がかかる書類が必要です。あらかじめ書類を配布しますので、保健センター健康館すこやかおおはるまでお越しください。

申請を受付できない場合

- ・夫および妻(夫+妻)の前年(平成24年分)の所得の合計額が730万円以上の場合
- ・夫婦とも住民登録が本町にない場合
- ・申請時点で法律上の婚姻をしていない場合
- ・必要書類が不足している場合

注意事項

- ・領収書等に不備がある場合は、医療機関・薬局に照会することがあります。
- ・当該医療費に対する他の法令等による給付を受けた費用、入院時食事療養費、文書料、個室料等治療に直接関係のない費用は該当しません。
- ・体外授精・顕微授精は、特定不妊治療助成事業に該当する場合がありますので、津島保健所にお問合せください。
- ・夫婦以外の第三者からの卵子・胚の提供による治療法は対象としません。
- ・補助期間は、補助を開始した診療日の属する月から継続する2年間までです。
- ・当該補助金申請に必要な証明書等に係る費用は、補助金の対象となりません。

※本事業に基づき県内の他市町村が行った補助期間もこれに含みます。

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

津島保健所 ☎0567(26)4137

●県外等で妊婦健康診査を受けられた方は、健診費用の払い戻しができます ～妊婦健康診査費補助金制度～

現在、母子健康手帳交付時にお渡ししている妊婦健康診査受診票は、県内の医療機関でのみ使用できます。県外(日本国内)の医療機関や助産院(県内外)で妊婦健康診査を受けられた方は、健診費用の払い戻しができます。

対象 次のすべてに該当する方

- ・ 県外(日本国内)の医療機関または助産院(県内外)で妊婦健康診査を受け、その費用を支払った方
- ・ 申請する妊婦健康診査受診日に、本町に住民登録がある方
- ・ 申請する妊婦健康診査受診日が平成20年4月1日以降の方
- ・ 本町が発行した妊婦健康診査受診票を使用していない方

対象費用 県外(日本国内)の医療機関または助産院(県内外)で実施した、妊婦健康診査にかかった費用。ただし、保険診療で支払われた場合は、妊婦健康診査にかかった費用とはみなされません。

※妊婦健康診査にかかった費用とは、妊婦健康診査結果報告書(妊婦健康診査受診票の裏面)の所見項目に含まれる検査にかかった費用とします。

補助金の限度額

- ・ 平成24年度以降に受診した分の限度額は下表のとおりです。(年度ごとに変わります)
- ・ 支払った金額または限度額のうち低い方の金額が交付されます。
- ・ 交付された妊婦健康診査受診票の回数分のみ補助金交付の対象となります。
- ・ 平成24年3月31日以前の交付分については、限度額が異なりますのでお問合せください。

必要書類等

①大治町妊婦健康診査費補助金交付申請書

②大治町妊婦健康診査費補助金交付請求書

③妊婦健康診査の領収書
(受診者名・医療機関名・健診日・妊婦健診であることが明記されたもの)

④未使用の妊婦健康診査受診票

⑤印鑑(スタンプ式を除く)

⑥妊婦本人名義の通帳

※妊婦健康診査を受けた医療機関・助産院の住所・電話番号を確認させていただきます。

※①②は保健センター健康館すこやかおおはるで配布します。

注意事項 領収書等に不備がある場合は、医療機関や助産院に照会することがあります。

申請期限 妊婦健診の受診日から5年以内

問合せ先 保健センター健康館すこやかおおはる ☎(444)2714

区 分		補助金の限度額
第1回	基本健診・超音波検査 初回血液検査(ABO血液型、Rh血液型、 末梢血液一般検査、血糖、 TPHA検査(定性)、梅毒脂質抗原検査、 HBs抗原精密測定、HCV抗体精密測定、 不規則抗体、HIV抗体価、 ウイルス抗体価(風疹))	20,670円
子宮がん検診		3,360円
第2回	基本健診 ※第3・5・6・7・9・11・13・14回も同様	4,290円
第4回	基本健診・超音波検査	9,070円
第8回	基本健診・超音波検査・血算・血糖 HTLV-1抗体検査・性器クラミジア感染検査	16,990円
第10回	基本健診・GBS	7,390円
第12回	基本健診・超音波検査・血算	10,650円

●嫌な花粉は早めの予防が大事

今や国民病とまでいわれるほど患者が増えている花粉症。なんと、日本人の2割の方が花粉症にかかっているといわれます。

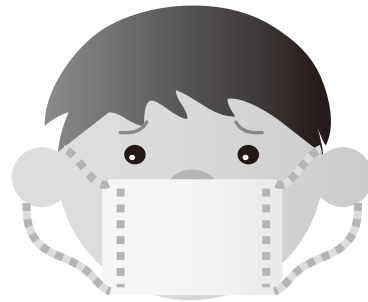
今年花粉量は、例年並みと予想されますが、過去10年平均の飛散量は、その10年前と比較して2倍以上になっており、近年の花粉飛散量自体が増加傾向です。

今年も花粉症患者にとってはもちろん、これまで花粉症とは無関係と思っていた方にとっても、油断できないシーズンとなりそうです。

花粉症は、事前に予防策を講じることで症状を軽くすることのできる病気です。2月以降は徐々に花粉飛散数が増えていくので、早めに事前対策をしっかりとし、できることから試してみましょう。

●対策

- ・花粉が飛散する2週間前から抗アレルギー薬を服用する。
- ・花粉の飛散が多い日はできるだけ外出しない。
- ・外出時はマスクや眼鏡、帽子を着用し、花粉の付きやすいウールの衣類は避ける。
- ・外の花粉を持ち込まない。帰宅したら玄関で花粉を拭い、すぐにうがいをする。
- ・布団や洗濯物など干した物から花粉をよく取り除く。
- ・花粉が飛び始めたらなるべく部屋を開けっ放しにしない生活をする。
- ・まめに掃除をして花粉を撃退する。(掃除機とよく絞った濡れ雑巾を使って、拭き掃除で丁寧に)
- ・不規則な生活を避け、十分な睡眠をとる。



問合せ先 役場 保険医療課 内線170

★歯の健康講座

海部歯科医師会

「朝、起きてすぐ歯を磨きまじょう」

朝起きたばかりの口の中は、細菌でいっぱいです。朝ごはんの後に歯磨きするのでは遅すぎるのです。

夜、歯を磨いてから就寝すると、朝の口の中は結構きれいだと思っている方が多いと思います。しかし、そうではありません。

寝る前の歯磨きは、むし歯予防には有効ですし、確かに細菌を減らします。でも、寝ている間、時間の経過とともに、細菌の量はネズミ算のごとく、すごい勢いで増加します。朝起きたときは口の中が乾いており、すっきりしないので「口すすぎ」や「うがい」をしてから朝食を取る方が多いと思います。確かに、乾燥した口の粘膜に水分を与えることで清涼感を感じますが、へばり付いている大量の細菌やプラーク(歯垢)は取り除くことはできません。

歯磨きしないで朝ごはんを食べると、口の中の細菌やタンパク質分解酵素の大部分は、食べ物とともに飲み込まれていきます。しかし、飲み込まれる途中、その一部は粘膜にへばり付いて、口の中やのどにとどまります。それらの細菌やタンパク質分解酵素にインフルエンザウイルスがくっ付き、呼吸とともに肺の中に吸い込まれて感染が起るのです。風邪やインフルエンザを引き金として、多くの病気が発症します。特に高齢者では重症化しやすく、肺炎を起し、死亡の原因になることさえあります。

起床直後の朝ごはん前の丁寧な歯磨きがあなたの健康を守ります。

母子保健事業

- 持ち物：母子健康手帳（必須）※母子健康手帳の交付を除く
- 日程等は、平成25年3月に各戸配布済みの「大治町保健センター健康館すこやかおはるの日程表」をご確認ください。
- すべて保健センター健康館すこやかおはるでの実施です。

予 予約制

名称	対象	とき	受付時間
母子健康手帳の交付	妊娠された方 【持ち物】妊娠届出書	毎週火曜日	午前9時30分～10時30分
妊婦相談・母乳相談	妊娠・出産された方	毎週火曜日	午前9時30分～11時
プレママ・プレパパ相談	妊娠中の方およびその家族	毎週火曜日	午前9時30分～11時
乳幼児相談	乳幼児	毎週火曜日	午前9時30分～11時
栄養相談	乳幼児	2月25日（火）	午前9時～11時
ことばの相談	幼児	2月26日（水）	午後1時30分～3時30分
マミーケアクラス	妊娠中の方 【申込期限】2月7日（金）	2月14日（金）	午後0時50分～1時
パパママクラス	妊娠中の方およびその家族 ※妊娠中の方のみでも参加可能 【申込期限】3月7日（金）	3月14日（金）	午後0時50分～1時
新米ママの交流会	生後2～4カ月頃の乳児とその母親	2月7日（金）	午前9時45分～10時
前期離乳食教室	生後4～6カ月頃の乳児とその母親	2月14日（金）	午後1時～1時15分
乳児健康診査（3～4か月児）	平成25年10月出生児 【持ち物】質問票①②・バスタオル	2月19日（水）	午後1時15分～1時45分
9か月児相談	平成25年5月出生児 【持ち物】質問票①②③	2月19日（水）	・第1子以外 午前9時～9時30分 ・第1子 午前9時30分～10時
1歳6か月児健康診査	平成24年7月出生児 【持ち物】質問票①②③	2月18日（火）	午後1時15分～1時45分
2歳児歯科健康診査	平成24年1月出生児 【持ち物】質問票・タオル・コップ・使用中の歯ブラシ	2月13日（木）	午前9時15分～9時45分
3歳児健康診査	平成23年1月出生児 【持ち物】質問票①②③④・当日の朝に出た尿（20cc程）	2月20日（木）	午後1時15分～1時45分
産後ホームヘルパー派遣事業	詳しくは、お問合せください。		

成人保健事業

- すべて保健センター健康館すこやかおはるでの実施です。

予 予約制

名称	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	2月25日（火）	午前9時～11時
心の健康相談	心の悩みのある方 【申込期限】2月12日（水） ※医療機関に相談されている方を除く	2月13日（木）	午後1時30分～3時30分
献血	16～64歳の方	3月7日（金）	午前9時～11時

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はるでの実施（要事前予約：保健センター）
- 医療機関 医療機関での実施（要事前予約：指定歯科医療機関）

名称	対象	とき
歯みがき相談	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） 【受付時間】午前9時～11時	2月4・25日（火）
6歳臼歯保護育成事業	満6歳から小学校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はるでお申し込みください。	随時
妊産婦歯科健康診査	妊娠中および産後1年未満の方 ※町に住民登録のある方（歯科治療中の方を除く）	随時
節目歯周病健診	40・50・60歳の方（平成25年4月1日現在）※町に住民登録のある方（歯科治療中の方を除く） 【申込方法】保健センター健康館すこやかおはるでお申し込みください。 ※40・50・60歳の節目年齢ごとに1人1回の申し込みです。	

予防接種

- 持ち物：母子健康手帳・予診票・健康保険証（集団接種を除く）
- 詳しくは、「予防接種のご案内」またはホームページをご確認ください。
- **保健センター** 保健センター健康館すこやかおおはるでの実施（要事前予約：保健センター）
- **医療機関** 医療機関での実施（要事前予約：指定医療機関）

■ 集団接種

名称	対象	とき	受付時間
BCG 【接種回数】1回 保健センター	5～8カ月児（1歳に至るまでは接種可能） 【定員】各日30名	2月3日（月）・17日（月） 3月3日（月）・13日（木） 【申込期限】前日まで	午後1時30分～2時

■ 個別接種

【注】 規定の間隔を超える場合は、保健センター健康館すこやかおおはるにお問合せください。

名称	対象	回数
ヒブワクチン 医療機関	生後2～60月に至るまで	【注】 生後2カ月から7カ月に至るまでに開始……4回 【注】 生後7カ月から12カ月に至るまでに開始……3回 【注】 生後12カ月から60カ月に至るまでに開始……1回
小児の肺炎球菌ワクチン 医療機関	生後2～60月に至るまで ※追加接種は1歳になってから接種してください	・ 生後2カ月から7カ月に至るまでに開始……4回 ・ 生後7カ月から12カ月に至るまでに開始……3回 （初回2回目は13カ月に至るまでに接種） ・ 生後12カ月から24カ月に至るまでに開始……2回 ・ 生後24カ月から60カ月に至るまでに開始……1回
4種混合 医療機関 ジフテリア 百日せき ポリオ 破傷風	1期初回 1期追加 生後3～90カ月（7歳6カ月）に至るまで	【注】 20～56日間隔で3回 1期初回（3回）終了後、通常12～18カ月の間に1回 （6カ月以上の間隔をあけて1回）
MR混合 医療機関 麻しん 風しん	1期 2期 生後12～24カ月（2歳）に至るまで 平成19年4月2日～20年4月1日生まれ	1回 1回 【接種期限】平成26年3月31日（月）
日本脳炎 医療機関	1期初回 1期追加 2期 標準的な接種期間：3歳に達した時から5歳に達するまで（対象：生後6～90カ月（7歳6カ月）に至るまで） 9歳以上13歳未満 【平成7年4月2日～19年4月1日生まれの方】特例措置として20歳の誕生日の前々日まで接種できます。	【注】 6～28日間隔で2回 【注】 1期初回（2回）終了後、おおむね1年後（11～13カ月後）に1回 1回
2種混合 医療機関 ジフテリア 破傷風	11歳以上13歳未満	1回
子宮頸がん予防ワクチン 医療機関	標準的な接種期間：中学1年生相当の女子（対象：小学6年生～高校1年生相当の女子）	【注】 3回 ※平成25年12月現在、子宮頸がん予防ワクチンの接種を積極的にはお勧めしていません。
3種混合 医療機関 ジフテリア 百日せき 破傷風	1期初回 1期追加 生後3～90カ月（7歳6カ月）に至るまで	【注】 20～56日間隔で3回 1期初回（3回）終了後、通常12～18カ月の間に1回 （6カ月以上の間隔をあけて1回）
ポリオ（不活化） 医療機関	1期初回 1期追加 生後3～90カ月（7歳6カ月）に至るまで	20～56日間隔で3回 1期初回（3回）終了後、通常12～18カ月の間に1回 （6カ月以上の間隔をあけて1回）
高齢者肺炎球菌ワクチン 医療機関	70歳以上の方（過去5年以内に高齢者肺炎球菌ワクチンを接種していない方）	生涯1回に限り3,000円を補助します。接種日の10日以上前までに保健センターで申請が必要です。

■ 個別接種 指定医療機関

医療機関	電話番号	医療機関	電話番号
安藤医院	(444) 2301	中原クリニック	(449) 1313
みきクリニック	(444) 7005	はら医院	(443) 6662
こうのう内科	(443) 3631	みずのホームクリニック	(444) 2270
とうない耳鼻咽喉科	(445) 4133	まつうらこども診療所	(449) 2661

※津島市・愛西市・弥富市・あま市・海部地区指定医療機関でも実施できます。

- 指定医療機関で接種ができない方は、接種前に保健センターへお問合せください。
- 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）

問合せ先 保健センター健康館すこやかおおはる ☎ (444) 2714