

すこやかガイド

●平成27年度 第7回 保健推進員主催 ウォーキング大会 ～佐屋街道をみんなで歩こう!コース～

とき 11月10日(火)午前9時～10時30分 ※雨天中止

集合場所 保健センター

※お車でのお越しはご遠慮ください。

対象 どなたでも参加できます。

定員 30名程度

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。)

申込期限 11月9日(月)

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

●あま市民病院からのお知らせ

新あま市民病院は、11月5日(木)から外来診療を開始します。

受付開始時間は、初診の方も再診の方も午前8時30分からです。初診の方は、初診窓口で受け付けしてください。再診の方は、再来受付機で受け付けできます。

駐車場は、4時間まで無料です。外来患者で4時間を超えた場合は、領収書・院外処方せん等をご用意のうえ守衛室で検印を受けると、利用時間内無料になります。

あま市民病院巡回バスは、今までどおり運行します。詳しくは、お問合せください。

問合せ先 あま市民病院 ☎(444)0050

●がん検診のお知らせ

集団検診 保健センターでは、下表のとおりがん検診を実施しています。まだ受診されていない方は、この機会にぜひお申し込みください。なお、定員になり次第締め切ります。

項 目	胃がん検診	乳がん検診	子宮頸がん検診	大腸がん検診	肺がん検診	前立腺がん検診	肝炎検査
11月26日(木)	○			○	○	○	○
11月29日(日)	○	○	○	○	○	○	○
12月18日(金) ※午後託児あり	○	○	○	○	○	○	○

がん検診無料クーポン対象の方へ 乳がん検診・子宮頸がん検診・大腸がん検診の無料クーポン券、肝炎無料検査のご案内が郵送でご自宅に届いた方は、この機会にぜひ受診し、健康管理にお役立てください。なお、定員になり次第締め切ります。

※無料クーポン券・ご案内は6月に郵送しています。

※事前に保健センターへ申し込みが必要です。詳しくは、「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。

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

●「すこやかさん」募集 ～健康づくりのボランティア～

町では、栄養教室や体操教室など健康づくりのお手伝いをしていただく「すこやかさん」(保健推進員)を募集します。活動を通じて仲間を作り、素敵な健康生活を送りましょう。

対象 町内在住の満20歳以上の方

※保健推進員養成講座の受講が必要です。日程は問合せ後、調整します。

内容 栄養教室・体操教室などの手伝い、健康に関する研修・会議への参加など

報酬 なし

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



●健幸マイレージに参加しませんか

健診を受けたり、町や地域で実施する健康づくり教室などに参加するなど、自発的な健康づくりのための取り組みを行って、ポイントをためましょう。

対象 町内在住の18歳以上の方

実施期間 平成28年1月29日(金)まで

ポイントがすべて貯まった健幸マイレージポイントカードを提出された方に、MyCaとはるちゃんクリアファイル(40周年ver.)をプレゼント!さらに、抽選で120名様に記念品が当たります!

詳しくは、広報5月号または町ホームページをご覧ください。健幸マイレージポイントカードは、役場・公民館・スポーツセンター・保健センターでも配布しています。

問合せ先 保健センター健康館すこやかおおはる
☎(444)2714

●託児ボランティアを募集します

保健センターでは、乳幼児の健康診査や各種教室などで、お子さんのお世話をしていただく、託児ボランティアを随時募集しています。月に1～2回程度、子育て中のお母さんや子どもたちと触れ合いながら、託児のお手伝いをしてみませんか。見学・説明の日程は調整できますので、お気軽にお問合せください。

対象 町内在住の方

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

歯の健康講座 海部歯科医師会

「切れ目のない歯科定期健診を!」

現在、日本の80歳の方で残存している歯の本数の平均は12本です。それに対し、スウェーデンでは平均20本、アメリカでは17本です。この違いはどこから生まれるのでしょうか。

実は欧米諸国と日本では、歯科定期健診の受診率に大きな差があります。予防歯科が進んでいるスウェーデンでは、歯科定期健診の受診率は全国民の80%以上です。また、ほかの欧米諸国でも70%ほどの受診率を保っています。これに対し、日本の受診率は10%未満なのです。

日本において平均寿命は、女性では86・61歳、男性が80・21歳であり、歯の本数は長寿に追いついていない現状となっています。

歯を失う原因の多くは歯周病です。歯周病は生活習慣病ですので、いったん治療が終了してもちよつとした油断で再発し、再治療が必要になってしまいます。問題が起ってから歯科医院を受診するのではなく、問題が起らないように歯科医院を利用しましょう。虫歯や歯周病の再発が見られても、早期であれば治療回数・費用も少なく済みます。

歯の多く残っている方や、既に自分の歯を喪失していても入れ歯等で口腔機能を回復できている高齢者は、認知症になりにくく、転倒も少ないという疫学結果が分かっています。また、要介護になりやすい疾患を予防し、健康寿命を延伸する可能性があると思われます。最期まで自分の口でおいしいものを食べられるように、一生を通じて健康を守るには、切れ目のない歯科定期健診を受けることが非常に重要と言えます。

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27年3月に各戸配布用済みの「大治町保健センター健康館すこやかおはる日程表」をご確認ください。
- 会場は保健センター健康館すこやかおはるです。

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	妊娠された方	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
母乳相談	妊娠・授乳されている方	11月10日（火）	午前9時～11時
栄養相談	乳幼児とその家族	11月24日（火）	午前9時～11時
ことばの相談	幼児	11月11・25日（水）	午後1時30分～3時30分
新米ママの交流会	2～4カ月頃の乳児とその母親	12月7日（月）	午前9時45分～10時
前期離乳食教室	4～6カ月頃の乳児とその母親	12月4日（金）	午後1時～1時10分
後期離乳食教室	8～11カ月頃の乳児とその母親	12月1日（火）	午後1時～1時10分
乳児健康診査（3～4か月児）	平成27年7月出生児 【持ち物】質問票①・バスタオル・オムツ	11月18日（水）	午後1時15分～1時45分
9か月児相談	平成27年2月出生児 【持ち物】質問票①②・オムツ	11月18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26年4月出生児 【持ち物】質問票①②③	11月17日（火）	午後1時15分～1時45分
2歳児歯科健康診査	平成25年10月出生児 【持ち物】質問票①・タオル・コップ・使用中の歯ブラシ	11月12日（木）	午前9時15分～9時45分
3歳児健康診査	平成24年10月出生児 【持ち物】質問票①②③④・当日の朝に出た尿（20cc程）	11月19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	産後間もない母親 詳しくは、お問合せください。	退院後1カ月間に10日以内	

成人保健事業

- 会場は保健センター健康館すこやかおはるです。

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	11月24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】11月11日（水） ※医療機関に相談されている方を除く	11月12日（木）	午後1時30分～3時30分
献血	16～64歳の方	11月8日（日）	午後1時30分～3時30分

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）

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）	11月10・24日（火） 【受付時間】午前9時～11時
歯科健診	乳幼児～年齢制限なし	11月8日（日） 午前10時～午後3時
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へお申し込みください。（郵送可）	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のみ（歯科治療中の方を除く）	随時
歯周病健診	40・50・60歳の方（平成27年4月1日時点） ※町に住民登録のある方（歯科治療中の方を除く） 【受診方法】対象の方には5月に歯周病健診無料受診券を郵送しています。 受診券と健康保険証を持参のうえ、指定歯科医療機関を受診してください。	随時

すこやかガイド

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」または町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	5～8カ月児（1歳に至るまでは接種可能） 【定員】各日30名 【申込期限】前日まで	11月16日（月） 12月7・21日（月）	午後1時30分～1時50分

個別接種

名称	対象	回数
ヒブワクチン	生後2～60カ月（5歳）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（初回3回目は12カ月に至るまでに接種） - 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12カ月に至るまでに接種） - 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	生後2～60カ月（5歳）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（初回2回目は12カ月に至るまでに接種）（初回3回目は24カ月に至るまでに接種） - 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24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 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	20日以上の間隔で3回 標準的な接種間隔：20～56日まで 1期初回（3回）終了後、6カ月以上において1回 標準的な接種間隔：12～18カ月に達するまでに1回
MR混合 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21年4月2日～22年4月1日生まれ	1回 1回 【接種期限】平成28年3月31日（木）
水痘	生後12～36カ月（3歳）に至るまで	3カ月以上において2回 標準的な接種間隔：6～12カ月まで
日本脳炎	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	6日以上の間隔で2回 標準的な接種間隔：6～28日まで 1期初回（2回）終了後、6カ月以上において1回 標準的な接種間隔：おおむね1年後に1回 1回
【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歳の誕生日の前日まで接種できます。		
2種混合 ジフテリア 破傷風	11歳以上13歳未満	1回
3種混合 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	20日以上の間隔で3回 標準的な接種間隔：20～56日まで 1期初回（3回）終了後、6カ月以上において1回 標準的な接種間隔：12～18カ月に達するまでに1回
子宮頸がん予防ワクチン	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）	3回 ※平成27年9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。
ポリオ（不活化）	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日以上の間隔で3回 標準的な接種間隔：20～56日まで 1期初回（3回）終了後、6カ月以上において1回 標準的な接種間隔：12～18カ月に達するまでに1回
高齢者肺炎球菌ワクチン（定期接種）	平成27年度に次の年齢に達する方 65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳	1回 【接種期限】平成28年3月31日（木） 対象の方には4月に接種券を郵送しています。接種券を持参のうえ、指定医療機関で接種してください。（自己負担金2,000円） ※60歳以上65歳未満で特定疾患の方は保健センターにお問合せください。

個別接種 指定医療機関

医療機関	電話番号
安藤医院	(444) 2301
みきクリニック	(444) 7005
こうのう内科	(443) 3631

医療機関	電話番号
中原クリニック	(449) 1313
はら医院	(443) 6662
みずのホームクリニック	(444) 2270
まつうらこども診療所	(449) 2661

※津島市・愛西市・弥富市・あま市・蟹江町・飛島村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