

# すこやかガイド

## ●第3回健康づくり教室「いつまでも美味しくごはんを食べるために」

高齢になると、ごはんを飲み込みにくい、むせやすい等の症状が出やすくなります。言語聴覚士より、いつまでも自分の口から美味しく食事を摂るためのポイントを学びましょう。

**とき** 3月15日(金)午後2時～3時30分(受付開始 午後1時45分)

**ところ** 保健センター

**対象** 65歳以上の方とその家族

**内容** 誤嚥予防に関する講話

**講師** 藤田医科大学 医療科学部 リハビリテーション学科 准教授 稲本 陽子 氏

**定員** 50名(定員に満たなかった場合のみ、当日参加可能)

**持ち物** 手鏡、飲み物、筆記用具 **申込期限** 3月12日(火)

**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

## ●保健推進員主催 ウォーキング大会

平成30年度

第9回 ～302号線ぞいを歩こう!コース～

**とき** 3月26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。

**参加費** 100円(本年度に初めて参加する方のみ。)

**申込期限** 3月25日(月)



**対象** どなたでも参加できます。

**定員** 30名程度

**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

平成31年度

第1回 ～佐屋街道をみんなで歩こう!コース～

**とき** 4月9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。

**参加費** 100円(第1回の開催のため、全員徴収します。)

**申込期限** 4月8日(月)



## ●定期予防接種を海部地区以外で受けた方へ(愛知県広域予防接種事業)

次の方は、事前申請により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。

※海部地区…津島市、愛西市、弥富市、あま市、大治町、蟹江町、飛島村

### 対象

- ①海部地区の指定医療機関以外にかかりつけ医がいる方
- ②長期に入院治療を要し、海部地区で予防接種を受けることが困難な方
- ③里帰り出産、家庭内暴力などのため、海部地区以外での予防接種を希望する方
- ④高齢者施設に入所中の方

※接種を希望する医療機関が「愛知県広域予防接種事業」に参加している場合に限りま

### 申請時に必要なもの

子ども:母子健康手帳

高齢者:高齢者肺炎球菌の場合は、対象者に送付される「高齢者肺炎球菌予防接種券」

### 注意

- ・年度ごとに申請が必要です。
- ・連絡票交付に時間を要しますので、接種希望日の2週間前までに申請してください。
- ・平成31年度用の連絡票は、3月1日(金)より受付を開始し、4月1日(月)より順次交付します。

**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



## 歯の健康講座

海部歯科医師会

### 「歯周病が全身にもたらす影響」

歯周病は主に口の中のプラーク(歯垢)や歯石にすみついている細菌と、その産生物が悪さをして起こる病気です。この歯周病菌は、気管から唾液や呼吸を介して肺に入り込む、または歯ぐきの毛細血管から身体に入り込むと、口とは離れた身体のあちこちで悪さをします。例えば、肺に歯周病菌が入り込むと、肺炎(誤嚥性肺炎)の原因になります。肺炎は日本人の死因第3位です。ほかに、心臓や血管内に歯周病菌が入り込むと、血栓を作りやすくし、心筋梗塞や脳梗塞の原因にもなります。死因の第2位は心疾患、第4位は脳血管疾患です。

糖尿病の方は歯周病にかかりやすく、重度化しやすいうことが分かっていますが、最近では歯周病の治療を勧めることによってインスリンが働きやすくなり血糖値が改善して症状が軽減することが分かっています。糖尿病の怖いところは合併症の多さで、がんの発症にも影響することが指摘されるようになりました。

歯周病の予防・治療は全身のいろいろな病気の予防につながります。毎日のブラッシングが大事なものは言うまでもありませんが、歯ぐきから下のプラークや歯ブラシでは取れない歯石は定期的に歯科医院で専門家に掃除してもらい、併せてなかなか自分では気づきにくい歯周病の有無、進行具合もチェックしてもらいましょう。



## 母子保健事業

- 持ち物：母子健康手帳（必須）※追加質問票をお持ちの方は、あわせてお持ちください。 **予** 予約制
- 日程等は、「平成30年度大治町保健センター健康館すこやかおおはる日程表」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。

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 <b>予</b>	妊娠された方	毎週火曜日	午前9時30分～11時
乳幼児相談 <b>予</b>	乳幼児	毎週火曜日	午前9時30分～11時
母乳相談 <b>予</b>	妊娠・授乳されている方	3月12・26日(火)	午前9時～11時
栄養相談 <b>予</b>	乳幼児とその家族	3月26日(火)	午前9時～11時
ことばの相談 <b>予</b>	幼児	3月13・27日(水)	午後1時30分～3時30分
新米ママの交流会 <b>予</b>	2～4カ月頃の乳児とその母親 詳細は、「平成31年度 大治町保健センター健康館すこやかおおはる日程表」(3月下旬各戸配布、町ホームページをご覧ください)。	4月15日(月)の予定です。	午前9時45分～10時
前期離乳食教室 <b>予</b>	4～6カ月頃の乳児とその母親 詳細は、「平成31年度 大治町保健センター健康館すこやかおおはる日程表」(3月下旬各戸配布、町ホームページをご覧ください)。	4月26日(金)の予定です。	午前10時～10時10分
後期離乳食教室 <b>予</b>	8～11カ月頃の乳児とその母親	3月5日(火)	午後1時～1時10分
乳児健康診査(3～4か月児)	平成30年11月出生児 【持ち物】質問票・バスタオル・オムツ	3月20日(水)	午後1時15分～1時45分
9か月児相談	平成30年6月出生児 【持ち物】質問票・オムツ	3月20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29年8月出生児 【持ち物】質問票 ●【注意】歯磨きを済ませて来所してください。	3月19日(火)	午後1時15分～1時45分
2歳児歯科健康診査	平成29年2月出生児 【持ち物】質問票・タオル・コップ・使用中の歯ブラシ ●【注意】歯磨きを済ませて来所してください。	3月7日(木)	午前9時15分～9時45分
3歳児健康診査	平成28年2月出生児 【持ち物】質問票・当日の朝に出た尿(20cc程) ●【注意】歯磨きを済ませて来所してください。	3月14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 <b>予</b>	成人	毎週火曜日	午前9時30分～11時
禁煙相談 <b>予</b>	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 <b>予</b>	成人	3月26日(火)	午前9時～11時
心の健康相談 <b>予</b>	心の悩みのある方 【申込期限】3月6日(水) ※医療機関に相談されている方を除く	3月7日(木)	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 <b>保健センター</b>	乳幼児および成人 【持ち物】使用中の歯ブラシ・乳幼児：母子健康手帳	3月12・26日(火) 【受付時間】午前9時～11時
6歳臼歯保護育成事業 <b>医療機関</b>	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 <b>医療機関</b>	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 <b>医療機関</b>	40・50・60・70歳の方(平成30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】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。	随時

# 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実施（要事前予約：保健センター）
- **医療機関** 指定医療機関で実施（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 <small>保健センター</small>	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	3月11日（月） 4月4日（木）・22日（月）の予定です。 詳細は、「平成31年度予防接種のご案内」 （3月下旬各戸配布）、町ホームページをご覧ください。	午後1時30分～1時50分

## ＜個別接種＞

名称	対象	接種回数等
ヒブワクチン <small>医療機関</small>	生後2～60カ月に至るまで （5歳の誕生日の前日まで）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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）</li> <li>・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）</li> <li>・生後12カ月から60カ月に至るまでに開始…………… 1回</li> </ul>
小児の肺炎球菌ワクチン <small>医療機関</small>	生後2～60カ月に至るまで （5歳の誕生日の前日まで） ※追加接種は1歳になってから接種してください。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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）</li> <li>・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）</li> <li>・生後12カ月から24カ月に至るまでに開始…………… 2回</li> <li>・生後24カ月から60カ月に至るまでに開始…………… 1回</li> </ul>
B型肝炎 <small>医療機関</small>	標準的な接種期間：2～9カ月に至るまで （対象：生後1歳に至るまで）	27日以上の間隔で2回接種後、1回目の接種から139日以上の間隔を置いて1回
4種混合 ジフテリア 百日せき ポリオ 破傷風 <small>医療機関</small>	1期初回 1期追加 生後3～90カ月に至るまで （7歳6カ月の誕生日の前日まで）	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 <small>医療機関</small>	1期 2期 生後12～24カ月（2歳）に至るまで 平成24年4月2日～25年4月1日生まれ	1回 1回 【接種期限】平成31年3月30日（土）
水痘 <small>医療機関</small>	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 <small>医療機関</small>	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19年4月1日生まれまでの方は、特例措置として20歳の誕生日の前日まで接種できます。		
ポリオ（不活化） <small>医療機関</small>	1期初回 1期追加 生後3～90カ月に至るまで （7歳6カ月の誕生日の前日まで）	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
2種混合 ジフテリア 破傷風 <small>医療機関</small>	11歳以上13歳未満	1回
子宮頸がん予防ワクチン <small>医療機関</small>	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31年1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。
高齢者肺炎球菌ワクチン（定期接種） <small>医療機関</small>	平成30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31年3月30日（土） 対象の方には平成30年3月末に接種券を郵送しています。接種券を持参の上、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。

- 3種混合（ジフテリア、百日せき、破傷風）を接種希望の方は、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。）

## ＜個別接種 町内指定医療機関＞

● 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も実施できます。

医療機関	電話番号	医療機関	電話番号	医療機関	電話番号
安藤医院	(444) 2301	とうない耳鼻咽喉科*	(445) 4133	まつうらこども診療所	(449) 2661
奥村整形外科・リウマチ科クリニック*	(445) 5667	中原クリニック	(449) 1313	みきクリニック	(444) 7005
こうのう内科	(443) 3631	はら医院	(443) 6662	みずのホームクリニック	(444) 2270

- ※印の医療機関は、高齢者肺炎球菌ワクチンおよび高齢者インフルエンザ予防接種のみ接種することができます。
- 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。

問合せ先 保健センター健康館すこやかおおはる ☎ (444) 2714