

すこやかガイド

●保健推進員主催

第4回 町内ウォーキング ～長牧ぶらりコース～

とき 7月2日(火)午前9時～10時30分

※雨天中止

集合場所 スポーツセンター

※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。

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。)

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 料理教室

「ポリフェノールを効果的に摂ろう」 ～生活習慣病の予防をしよう～

ポリフェノールを効果的に摂るレシピ・秘訣を
学び、生活習慣病の予防をしよう!

とき 7月9日(火)午前10時～午後1時ごろ

ところ 保健センター健康館すこやかおおはる

対象 どなたでも参加できます。

講師 管理栄養士

定員 先着20名

※定員になり次第締め切ります。

参加費 600円

持ち物 エプロン、布巾2枚、頭を覆うスカーフ、
筆記用具

申込期限 7月2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

●平成31年度「歯の健康センター」

とき 6月2日(日)

(受付時間 午前9時30分～10時45分)

ところ あま市甚目寺保健センター

対象 乳幼児(就学前)とその保護者

内容 保護者教室、親子歯科健診、歯科相談

参加費 無料

主催 海部歯科医師会、あま市、愛知県歯科医
師会

共催 愛知県歯科衛生士会、海部技工士会

問合せ先 あま市甚目寺保健センター

☎(443)0005



●国民健康保険特定健診・後期高齢者医療健診が始まりました

40歳以上の方を対象に、年に1回行われる健診です。昨年は受診されましたか。

日本人の生活習慣の変化や高齢者の増加等により、近年、糖尿病等の生活習慣病の有病者・予備群が増加しており、生活習慣病を原因とする死亡は、全体の約3分の1にも上ると推計されています。

生活習慣病は、一人一人が、バランスの取れた食生活、適度な運動習慣を身に付けることにより予防可能です。

生活習慣病予防のための特定健診・保健指導を積極的に受診し、健康づくりに活用しましょう。

●集団健診

とき 7月3日(水)・4日(木)

ところ 保健センター健康館すこやかおおはる

申込開始 6月7日(金)午前8時30分

申込場所 保健センター健康館すこやかおおはる

●個別健診

とき 6月1日(土)～10月31日(木)

ところ 安藤医院・こうのう内科・中川医院・中原クリニック・はら医院・みきクリニック・みずのホームクリニックほか

●人間ドック

とき 10月12日(土)～20日(日)

ところ 名古屋公衆医学研究所
(名古屋市中村区)

申込開始 10月3日(木)午前8時30分

申込場所 役場 3階 第3会議室

※申し込みには15,000円が必要です。

※30歳代の方も受診可能です。

※集団健診・人間ドック・個別健診のいずれか一つのみ受診可能。

※集団健診・人間ドックどちらも定員になり次第締め切ります。

※持ち物等詳細は、該当者あての通知をご覧ください。

※国民健康保険・後期高齢者保険以外に加入している方は、各医療保険者にお問合せください。

問合せ先 役場 保険医療課 内線170

歯の健康講座



歯の健康講座

海部歯科医師会

嚥下障害とは
嚥下機能とは、食べる・飲み込む機能の事で、人が生きていく上で必要不可欠な機能です。

大切な嚥下機能が、病気など何らかの原因で障害が起った状態を嚥下障害といいます。嚥下障害になると、ものが食べられなくなり、日常生活に支障をきたします。

食べる楽しみを失い、生活の質が低下し、栄養摂取が難しくなると、低栄養などの栄養障害を起こします。さらに、口から喉・食道を通るべき食べ物や唾液が気道に流れ、肺に入り呼吸器の病気(特に誤嚥性肺炎)を起こします。

嚥下障害の原因としてはさまざまあり、最大の原因は脳卒中ですが、原因が一つであるとは限らず、複合的な原因によって嚥下障害が進行する可能性があります。例えば、虫歯や歯周病による歯の喪失や口腔がん、咽頭がん、食道がんなどによって口から食事ができず、栄養状態が悪化して嚥下障害が進行するなど、悪循環が生じる事があります。

嚥下障害の問題は、治療をしても完全に元どおりに戻りにくい事です。この様な点から、まずは嚥下障害にならない様にする予防が非常に重要であり、その一つに「口腔ケア」があります。誤嚥性肺炎の予防には口腔ケアが大切といわれており、歯ブラシなどを用いて毎日の口腔内の食物の残りがすや細菌を除去し、口腔内の衛生状態をきれいに保つ事が重要です。そして歯科医院にて定期検診を受ける事で、より良い口腔の環境が維持され嚥下障害の予防に繋がります。



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」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 予	妊娠された方	毎週火曜日	午前9時30分～11時
乳幼児相談 予	乳幼児	毎週火曜日	午前9時30分～11時
母乳相談 予	妊娠・授乳されている方	6月11・25日（火）	午前9時～11時
栄養相談 予	乳幼児とその家族	6月25日（火）	午前9時～11時
新米ママの交流会 予	2～4カ月頃の乳児とその母親	6月10日（月）	午前9時45分～10時
前期離乳食教室 予	4～6カ月頃の乳児とその母親	6月14日（金）	午前10時～10時10分
後期離乳食教室 予	8～11カ月頃の乳児とその母親	6月21日（金）	午前10時～10時10分
ことばの相談 予	幼児	6月12・26日（水）	午後1時30分～3時30分
乳児健康診査（3～4か月児）	平成31年2月出生児 【持ち物】質問票・バスタオル・オムツ	6月19日（水）	午後1時15分～1時45分
9か月児相談	平成30年9月出生児 【持ち物】質問票・オムツ	6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29年11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。	6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29年5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。	6月13日（木）	午前9時15分～9時45分
3歳児健康診査	平成28年5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。	6月20日（木）	午後1時15分～1時45分
産後ケア事業	産後4カ月までの母親とその子 詳しくは、お問合せください。	7日以内	
産後ホームヘルパー派遣事業	産後3カ月までの母親 詳しくは、お問合せください。	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 予	成人	毎週火曜日	午前9時30分～11時
禁煙相談 予	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 予	成人	6月25日（火）	午前9時～11時
心の健康相談 予	心の悩みのある方 ※医療機関に相談されている方を除く	毎週火曜日	午前9時30分～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 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 乳幼児：母子健康手帳	6月11・25日（火） 【受付時間】午前9時～11時
歯科健診 保健センター	乳幼児～年齢制限なし	6月6日（木） 【受付時間】午前9時～11時 午後1時～3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	40・50・60・70歳の方（平成31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	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	6月3・24日(月) 7月8・29日(月)	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	生後2～60カ月に至るまで (5歳の誕生日の前日まで)	・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。	・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
B型肝炎	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 ポリオ（不活化）	1期初回 1期追加	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25年4月2日～26年4月1日生まれ 1回【接種期限】令和2年3月31日（火）
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） 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
＜特例措置＞平成19年4月1日生まれまでの方は、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
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31年4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）	今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歳以上	1回【接種期限】令和2年3月31日（火） 対象の方には平成31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・飛島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	みきクリニック	(444) 7005
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	みずのホームクリニック	(444) 2270
こうのう内科	(443) 3631	はら医院	(443) 6662		

- ※印の医療機関は、高齢者肺炎球菌ワクチン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