

すこやかガイド

●第6回 保健推進員主催 町内ウォーキング ～お寺めぐりコース～

とき

11月10日(火)
午前9時～10時30分
※雨天中止

集合場所

公民館
※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

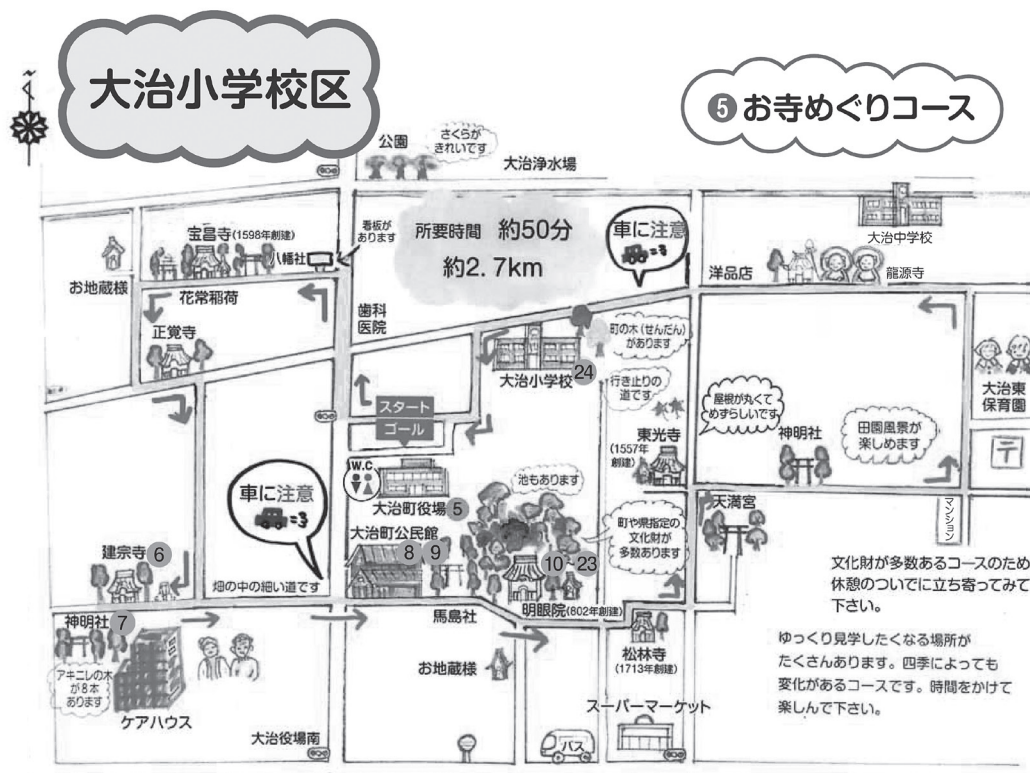
100円
(本年度に初めて
参加する方のみ)

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



●ロタウイルスワクチンの定期接種化

10月1日からロタウイルス予防接種が定期化されます。

対象

- 令和2年8月1日以後に生まれた方
※9月までに接種した場合、任意接種となります。
- ・ 予診票は、赤ちゃん訪問(生後2カ月ごろ)でお渡しします。
 - ・ ワクチンが2種類あるため、かかりつけ医とご相談の上、接種してください。

問合せ先

保健センター健康館すこやかおおはる ☎(444)2714



※経口ワクチン
(口から飲むタイプ)です。

●第1回 健康づくり教室

申込制

「元気でいきいき 理想の毎を送る食事術～今日からできるコツ～」

いきいきと暮らすための食事のコツを、管理栄養士と一緒に考えてみませんか？

とき 10月29日(木)午後2時～3時(受付開始 1時45分) **ところ** 保健センター

対象 どなたでも参加できます。 **内容** 栄養バランスや低栄養・フレイル予防に関する講話

講師 管理栄養士 宮井 好美氏 **定員** 25名 **持ち物** 筆記用具 **申込期限** 10月27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

●高齢者インフルエンザ予防接種

この予防接種は法律上の義務はないため、自らの意思で接種を希望する方のみ接種してください。

対象 本町に住民登録があり、次の条件のいずれかにあてはまる方

①65歳以上の方

②60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能障害又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害(いずれも身体障害者手帳1級相当の障害)を有する方

接種回数 1回 **接種期限** 令和3年1月31日(日)

実施場所 大治町・津島市・愛西市・弥富市・あま市・蟹江町・飛島村の指定医療機関

接種方法 ・町内の指定医療機関で接種をご希望の方は、事前に医療機関へ予約し、接種料金、本人確認書類(健康保険証、介護保険被保険者証、身体障害者手帳など)を持参の上、接種期間内に接種してください。

・町外の医療機関で接種をご希望の方は、令和3年1月18日(月)までに保健センターへお問合せください。

※対象②にあてはまる方は、疾病の程度を証明できるもの(身体障害者手帳等)を持参の上、接種前に保健センターへ申し込みが必要です。

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

●飲酒量、増えていませんか？

人は、日常生活の中で強いストレスを受けたり、長期間ストレスを受け続けたりすると、体にさまざまな影響が表れることがあります。

眠れないとき、飲酒することで寝付きが良くなる気がしますが、長く続くと睡眠の質は低下してしまいます。睡眠が浅くなったり、早朝に目覚めやすくなったり、十分な睡眠がとれなくなるためです。

もし2週間以上不眠や原因のわからない体調不良が続くようなら、うつ病の兆候かもしれません。

うつ病は、適切な治療を受けしっかりと休養をとれば治すことのできる病気です。早期発見が早期回復につながります。もしかして、と思ったら早めに相談しましょう。

保健センターでは、心の健康相談(毎週火曜日 午前9時30分～11時・予約制)を開催しています。

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

● おおはる健幸マイレージ～健康とお得をGetしよう！～

健康づくりに取り組んで、参加賞と記念品をもらいませんか？

対象 18歳以上の方(在住・在勤)

令和2年度応募受付期限 令和3年1月31日(日)

※令和3年2月1日(月)以降に貯めたポイントは、令和3年度の提出に利用できます。

ポイントが全て貯まったおおはる健幸マイレージポイントカードを提出された方に、MyCaと大治町ごみ袋(可燃・プラ 各大1枚)または箱ティッシュ1箱をプレゼント!さらに、抽選で120名に記念品が当たります。

詳しくは、6月に各戸配布したチラシまたは町ホームページをご覧ください。

おおはる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



歯がズキズキ痛い時

「歯が痛い」といえば、う蝕(むし歯)、歯周病や親知らずを思い浮かべると思います。ほとんどの場合は口腔内を診ることで、原因が分かり、診断がつきます。

しかし、お口の中に明らかな原因が見当たらないこともありま
す。「歯が痛いのは歯が原因」と
思いがちですが、痛みを感じる部
位に痛みの原因があるとは限り
ません。そんなケースでは歯(口
腔)以外の原因を考えることにな
ります。

痛みは①身体疾患による痛み
②神経障害による痛み③精神疾
患による痛みに分けられます。
①身体疾患による痛みとは、外
傷だけがした時の痛みで、いわ
ゆるキズにあたります。これは
口腔内というところ、う蝕(むし
歯)や歯周病による腫れ等に
なります。
②神経障害による痛みとは、腕
が切断され、なくなっても腕が
痛く感じる痛み(幻肢痛)で
す。三叉神経痛や外科処置に
よる神経損傷によって起こる
ものです。

③精神疾患による痛みとは、身
体には異常がないにもかかわらず
痛みを訴えるケースで
す。

身体疾患による疼痛であれ
ば、診断がつけば治療されること
になります。このように歯や歯ぐ
きが原因であるいわゆる「歯が痛
い」ではなく、歯科的原因とは全
く異なる原因であることがあり
ます。歯科で調べても原因が分か
らず、痛み止めもほとんど効か
ず、耳鼻咽喉科や内科で調べても
原因が不明の痛みもあります。

頭痛、肩こりに伴う歯の痛み
を経験された方もあるでしょう。
これは痛みの発生部位(原因部
位)と、痛みを感じる部位が異な
ることによる症状です。

このように「歯が痛い」といっ
て、口腔外に原因があるケースは
多くはありませんが、決して歯痛
は治って当たり前ではなく、さま
ざまな原因が考えられるため、患
者さんとの十分に話し合い、納得
してから治療を受けることで、治
療のストレスを軽減し、正しい診
断に結びついていきます。

歯の健康講座 海部歯科医師会

母子保健事業

- 持ち物:母子健康手帳(必須)
 - 日程等は、「令和2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。
- 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	毎週火曜日	午前9時30分～10時30分
	【持ち物】妊娠届出書		
妊婦・乳幼児相談	妊娠された方・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・授乳されている方	10月13・27日(火)	午前9時～11時
栄養相談	乳幼児とその家族	10月27日(火)	午前9時～11時
ことばの相談	幼児	10月14・28日(水)	午後1時30分～3時30分
すこやか育児サロン	乳児とその母親	10月5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	10月29日(木)	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4カ月まで7日以内	
	産科医療機関に宿泊、または居宅に助産師等が訪問し、お母さんの心身のケアや、授乳指導、育児相談等を行います。詳しくは、お問合せください。		
産後ホームヘルパー派遣事業	母親の体調不良等により家事が困難な方	産後3か月まで10日以内	
	食事の準備及び後片付け、衣類の洗濯及び補修、生活必需品の買い物等詳しくは、お問合せください。		

《乳幼児健診》 ●対象の方へ個別に通知します。

名称	対象	とき	受付時間
乳児健康診査	3～4か月児	10月21日(水)	午後1時15分～2時30分
	【持ち物】質問票・バスタオル・オムツ		
9か月児相談	9～10か月児	10月21日(水)	午前9時10分～10時40分
	【持ち物】質問票・オムツ		
1歳6か月児健康診査	1歳6～7か月児	10月20日(火)	午後1時30分～2時30分
	【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	2歳0～1か月児	10月8日(木)	午前9時15分～10時30分
	【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	3歳0～1か月児	10月15日(木)	午後1時30分～2時30分
	【持ち物】質問票・当日の朝に出た尿(20cc程) 【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	10月27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
	※医療機関に相談されている方を除く		

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、乳幼児:母子健康手帳	10月13・27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	40・50・60・70歳の方(令和2年4月1日時点) ※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(定期)

●持ち物:母子健康手帳・予診票・健康保険証

●接種回数、間隔等詳しくは「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。

ワクチンの種類(子ども) ※ロタは、10月から定期接種(A類疾病)となります。(対象:R2年8月生まれ～)

Hib(ヒブ)、小児の肺炎球菌、B型肝炎、ロタ、4種混合、BCG、麻しん及び風しん(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、子宮頸がん予防ワクチン(積極的勧奨は見合わせ中)

- 海部地区(大治町・津島市・愛西市・弥富市・あま市・蟹江町・飛島村)指定医療機関で接種してください。
- 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。)

ワクチンの種類(大人)	対象	接種期限等
高齢者肺炎球菌ワクチン	今年度以下に以下の年齢に達する方 65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、 90歳、95歳、100歳	接種期限:令和3年3月31日(水) 対象の方には令和2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。

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。

《風しん抗体検査および第5期予防接種》

令和4年3月31日まで、風しん抗体検査・予防接種を公費で受けられます。

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(クーポン券送付済)

場所	方法等
医療機関 (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。
大治町の集団検診 (抗体検査のみ)	日程や詳細等については、保健センターへお問合せください。
勤務先の健康診断 (抗体検査のみ)	勤務先にお問合せください。

問合せ先 保健センター健康館すこやかおおはる ☎(444)2714