

すこやかガイド

スクエアステップリーダー主催 スクエアステップ教室

申込制

スクエアステップは、マット上でステップを踏む運動です。体力づくり、転倒予防、脳機能の活性化に効果があると言われています。ぜひ、ご参加ください。

とき 6月12日(金) 午後2時～3時30分(受付時間 午後1時50分)

ところ 保健センター健康館すこやかおおはる

対象 町内在住・在勤の18歳以上の方

定員 30名 ※定員になり次第締め切り

持ち物 タオル、飲み物、動きやすい服装



「家庭で続けられる簡単な有酸素運動」～糖尿病予防を目指して～

申込制

糖尿病とは血液中のインスリンが十分に働かないために慢性的に血糖が増えてしまう病気です。血糖の濃度を高いまま放置すると、将来的に心臓病や失明、腎不全、足の切断といった合併症につながります。元気で不自由のない日常生活を送るためには、糖尿病予防が重要です。健康運動指導士の指導の下、適度な有酸素運動を体験し、糖尿病予防のコツを学びませんか。

とき 7月6日(月) 午後2時～3時(受付時間 午後1時50分)

ところ 保健センター健康館すこやかおおはる

対象 町内在住の方

内容 糖尿病予防についての講話

講師 愛知県立大学 看護学部 健康運動指導士 みうら こうへい 三浦 康平 氏

定員 25名 ※定員になり次第締め切り

持ち物 筆記用具、飲み物、バスタオルまたはヨガマット(実技で使用)、必要な方は室内履き

8020・9020・10020表彰のご案内

申込制

80歳以上で健康な歯をお持ちの方を表彰します。

対象 ①80歳以上(昭和22年3月31日以前生まれ)で自分の歯が20本以上ある方

②90歳以上(昭和12年3月31日以前生まれ)で自分の歯が20本以上ある方

③100歳以上(昭和2年3月31日以前生まれ)で自分の歯が20本以上ある方

申込期間 6月1日(月)～8月31日(月)

申込方法 電話または窓口

注意 ●過去に町で表彰を受けた方は対象になりません。

●歯の本数が確認できない方は、歯科健診を受診していただくことがあります。

●広報に氏名および集合写真が掲載されます。



▲詳細は町HP

ここまでの申込・問合せ先 保健センター健康館すこやかおおはる ☎(444)2714

令和8年度「前期歯の健康センター」を開催します

申込制

「お口の健康と発育」をテーマとした前期歯の健康センターを開催します。

とき 6月14日(日)午前9時30分～正午

ところ あま市七宝保健センター

対象 乳幼児(就学前)とその保護者

内容 保護者教室、歯科相談

定員 25組(要予約・先着順)

参加費 無料

申込期間 5月20日(水)～6月2日(火)

主催 海部歯科医師会、県下各市町村、県歯科医師会

共催 県歯科衛生士会、海部歯科技工士会

申込・問合せ先 あま市七宝保健センター ☎(441) 5665



事業者の
皆さんへ

町ホームページ・広報おおはるに 広告を掲載しませんか？

町ホームページ バナー広告募集



▲詳細はこちら

トップページ下段



掲載サイズ 縦60ピクセル×横120ピクセル

掲載期間 1カ月単位
※同一年度内での連続掲載は最大12カ月

掲載料 月額**5,000円**(税込み)

広告掲載欄



広報おおはる広告募集



▲詳細はこちら

掲載期間 1号(1カ月)単位
※複数号への広告掲載の申し込みをする場合は、連続する6号(6カ月)まで

掲載料・規格

種別	規格	月額(税込)
1種広告(中面)	縦44mm×横90mm 2色刷り	10,000円
2種広告(中面)	縦44mm×横185mm 2色刷り	20,000円
3種広告(裏面)	縦125mm×横180mm 4色刷り	50,000円
4種広告(裏面)	縦250mm×横180mm 4色刷り	100,000円

空き状況によっ
ては、希望した月か
ら掲載できない場
合があります

※掲載にあたっては、審査があります。掲載枠の空き状況はお問合せください。

問合せ先 役場 企画政策課 内線163

母子保健事業

- 持ち物 母子健康手帳(必須) ●会場は保健センターです。
- 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

事業名	対象	とき	受付時間
母子健康手帳の交付 予	妊娠した方	月～金曜(祝日除く)	午前9時～11時 午後1時30分～3時30分
【持ち物】①妊娠届出書 ②本人確認書類 ③マイナンバーの分かるもの ④通帳やキャッシュカード等妊婦本人の振込先が分かるもの			
妊婦・乳幼児相談 予	妊娠した方・乳幼児	毎週火曜	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 予	妊娠・授乳している方	6月9・23日、 7月14・28日(火)	午前9時～11時
栄養相談 予	乳幼児とその家族	6月2日、7月7日(火)	午前9時～11時
ことばの相談 予	幼児	6月10・24日、 7月8・22日(水)	①午後1時30分～ ②午後2時30分～ ③午後3時30分～
発達相談 予	小学1年生までのお子さんと保護者	6月23日、 7月28日(火)	①午前9時10分～ ②午前11時～
前期離乳食教室 予	4～6カ月頃の乳児とその家族	6月25日(木)	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家族	6月26日(金)	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1年まで	お母さんの心身のケアや、授乳指導、育児相談等が受けられます。詳しくは、お問合せください。 【短期入所型】産科医療機関に宿泊 【居宅訪問型】居宅に助産師等が訪問

歯科保健事業

- 保 保健センターで実施(要事前予約)
- 医 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	乳幼児および成人	6月9・23日、 7月14・28日(火)
【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
6歳臼歯 保護育成事業 医	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	随時
【申込方法】保健センターへお申し込みください。(郵送可)		
妊産婦 歯科健康診査 医	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	21・31・41・51・61・71歳の方(令和9年3月末時点) ※町に住民登録のある方のみ(歯科治療中の方を除く)	随時

成人保健事業

- 会場は保健センターです。

予 予約制

事業名	対象	とき	受付時間
成人健康相談 予	成人	毎週火曜	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	午前9時30分～11時
栄養相談 予	成人	6月2日、7月7日(火)	午前9時～11時
心の健康相談 予	心の悩みのある方やその家族等	毎週火曜	午前9時30分～11時
※医療機関に相談している方を除く			

予防接種

- 接種時の持ち物 **妊婦・子ども** 母子健康手帳・予診票・本人確認書類（マイナンバーカード等）
成人 予診票・本人確認書類（マイナンバーカード等）
- 接種回数、間隔等の詳細は町ホームページをご確認ください。



▲町HP

- 予防接種の予診票が手元にない方は、保健センターへお越しください。妊婦・お子さんの場合は、必ず母子健康手帳をお持ちください。（母子健康手帳または接種歴がわかるもの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。）
- 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。
- 長期にわたり療養を必要とする疾病にかかった方等の定期接種の機会を確保する制度があります。詳細は保健センターへお問合せください。（ロタ、インフルエンザ、高齢者新型コロナウイルス、RSウイルスは除く）

ワクチンの種類(定期・大人)	対象	接種期限等
高齢者肺炎球菌	接種日に満65歳の方	対象の方には65歳の誕生日を迎えた翌月に予診票を郵送しています。予診票を持参の上、海部地区の指定医療機関で接種してください。接種料金：町ホームページをご確認ください。
高齢者带状疱疹	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9年3月31日（水） 対象の方には4月初旬に接種券を郵送しています。接種券を持参の上、海部地区指定医療機関で接種してください。接種料金：郵送した接種券をご確認ください。

- 接種日に満60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害を有する方は保健センターへお問合せください。
- 生活保護世帯の方は、接種前に申請が必要です。保健センターへお問合せください。

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、詳細は保健センターへお問合せください。広域予防接種連絡票の発行に2週間ほどかかります。連絡票は、基本窓口受け取りとなります。

※申請の際、高齢者肺炎球菌は予診票、高齢者带状疱疹は接種券の添付、妊婦・子どもは母子健康手帳が必要です。



▲町HP

問合せ先 保健センター健康館すこやかおおはる ☎(444)2714

歯と口の健康講座



海部歯科医師会

口臭について

口臭は、自分自身では慣れてしまって分からない場合が多く、周りから指摘されて気づく場合や、周りの方のしぐさから自分に口臭があると思ひ込んでしまう場合があります。

原因は、主にお口の中の舌苔やプラークで、それらが原因の口臭を「生理的口臭」と分類しています。朝起きた時や空腹時、疲労時、緊張して口が渇いたときに感じる口臭、加齢による口臭などが挙げられます。新陳代謝で古くなってはがれた粘膜などのタンパク質を、舌苔やプラークの中にある細菌や微生物が分解すると口臭のもとになるガスが発生します。

一方、全身の健康状態や生活習慣と関連しているものもあり、歯周病などのお口の病気や糖尿病などの全身の病気などによって起こる口臭は「病的口臭」と呼ばれています。

口臭の治療は、まず検査を受けて原因を明らかにしましょう。病気が原因の場合は、その病気の治療が必要になります。

病的口臭でも生理的口臭でも、お口の中をきれいにしてお口の衛生を維持することが治療になります。正しいブラッシングに加え、歯間ブラシやデンタルフロスを使用した歯と歯の間の清掃、舌ブラシを使用した舌磨きを行うことが口臭の軽減には効果的です。入れ歯の方は、入れ歯の清掃も行いましょう。また薬用成分が含まれている洗口剤やタブレット、ガムなども補助的に使うことで口臭予防の効果が期待できます。ただし、自己流での清掃や洗口剤のみの使用では不十分な場合もあるので、口臭が気になる方は歯科医院を受診し専門的な指導やクリーニングを受けましょう。