

すこやかガイド

● 保健推進員主催 ウォーキング教室

申込制

～正しい方法で効果アップ! 歩き方の秘訣～

「なんとなく歩いているけど、これでいいのかな」「もっと効果的なウォーキング方法を知りたい」という方におすすめの教室です。

健康運動指導士から正しい歩き方を学び、より楽しく、効果的なウォーキングを実践しませんか。

とき 9月3日(火) 午前9時30分～11時 (受付時間 午前9時15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 ※小学生以下は保護者が同伴してください。

定員 30名 ※定員になり次第締め切り

持ち物 タオル、バスタオル、飲み物、動きやすい服装

申込期限 8月30日(金)

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

● 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ています。ぜひ、ご参加ください。

とき 8月27日(火) 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

申込期限 8月26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

● ゲートキーパー養成講座のご案内

申込制

とき 9月14日(土) 午前10時～11時30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・在勤の方

内容 ゲートキーパーの養成

講師 社会福祉法人たんぽぽハウス

理事・施設長 兼田 智彦 氏

定員 30名 ※定員になり次第締め切り

申込期限 9月6日(金)

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

ゲートキーパー養成講座とは

ゲートキーパーとは「生きることを支援する」人です。あなたの身の回りには、「自分なんて価値がない」「働く意味がなくなった」「消えてしまいたい」などと思っている方はいませんか。身近な人から悩みを打ち明けられた時の対処方法や、支援の仕方について一緒に勉強しませんか。

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

名称	対象	とき	受付時間
母子健康手帳の交付	妊娠した方	毎週火曜日	午前9時～10時30分
	※他の曜日・時間をご希望の方はご相談ください。 【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(旧姓不可)		
妊婦・乳幼児相談	妊娠した方・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・授乳している方	8月6・27日(火)	午前9時～11時
栄養相談	乳幼児とその家族	8月6日・9月3日(火)	午前9時～11時
ことばの相談	幼児	8月7・28日(水)	午後1時30分～3時30分
前期離乳食教室	4～6カ月頃の乳児とその家族	8月29日(木)	午前10時～11時35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

保健センター 保健センターで実施(要事前予約)

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	乳幼児および成人	8月6・27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	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	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	21・31・41・51・61・71歳の方(令和7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	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	8月6日・9月3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
	※医療機関に相談している方を除く		

がん検診・健康診査	「集団検診」および「個別検診」を実施します。 詳細については、町ホームページをご確認ください。		
-----------	--	--	---

予防接種

- 接種時の持ち物 母子健康手帳・予診票・本人確認書類（健康保険証等）
- 接種回数、間隔等詳しくは町ホームページをご確認ください。



- 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。詳しくは保健センターへお問合せください。（ロタ、インフルエンザは除く）

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。広域予防接種連絡票の発行に2週間ほどかかります。



《風しん抗体検査および第5期予防接種》

風しん抗体検査・予防接種を公費で1回限り受けられます。＊抗体検査の結果、十分な量の抗体があった方は、予防接種は不要です。

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(令和4年5月中旬にクーポン券送付済)
クーポン券の再交付が必要な方は保健センターへお問合せください。（電話申請可）

場所	方法等
医療機関等 (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。



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

赤ちゃんの口腔機能育成（歯固めの役割）

生後数カ月の赤ちゃんは指しゃぶりやおもちゃなめをしますが、これらの行動には意味があります。お口の機能である「食べる」と「話す」とは、ともに学習によって得られるもので周囲の環境刺激によって発達が進むと言われています。

生後2～3カ月になると手を目の前に出す動作がみられるようになり、やがて手を口にもつていき、なめることで自分の身体の一部(自己)という認知や目と手、手と口の協調動作が発達していきます。生後3～4カ月になると指しゃぶりを始め、おもちゃを目の前にもつていくと、それを口にもつていく動作がみられるようになります。

生後4～5カ月になると物を握ることができるようになるので、手につかんだおもちゃなどいろいろな物をなめたり、かんだりするようになります(非自己の認知)。この動作は口の位置を把握し、スプーンなどを用いて口に食べ物運ぶためのトレーニングとなります。

したがって、この時期に歯固めを使用することは、触覚が鋭い口を使ってなめたり、かんだりすることでさまざまな感覚(硬軟・圧・温度など)を効率的に学習することに役立ちます。また、食べ物を口に取り込むことだけでなく、歯ブラシなどを口の中に入れる感覚に慣れることができます。

このように口腔機能を育成するためには歯が生えてくる前からの学習が大切です。歯が生えていなくても歯科医院でお口の状態を診てもらい、ケアをおすすめします。