

すこやかガイド

● 保健推進員主催 第5回 町内ウォーキング ～西條 寺と蔵のある町コース～

申込制

とき 10月1日(火) 午前9時～10時30分
※雨天中止

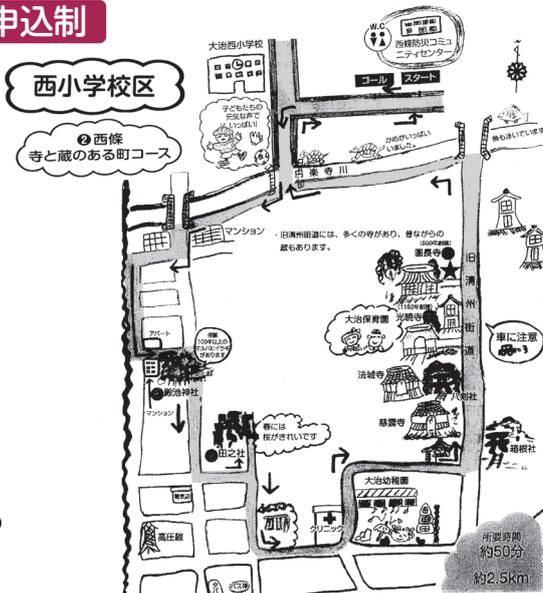
集合場所 西條防災コミュニティセンター
※お車でのお越しはご遠慮ください。

対象 町内在住の方
※小学生以下の方は保護者が同伴してください。

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。)

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



● 保健推進員養成講座

申込制

◎保健推進員とは

健康づくりのボランティアです。任期や年齢制限はないため、どなたでも参加できます。この養成講座を受講後、町内ウォーキングや料理教室、体操教室などの活動ができます。自分のために、家族のために、地域のために、仲間と一緒に活動しませんか。

◎養成講座とは

2時間ほどの健康講座です。健康づくりに関する活動のための情報をお伝えします。

とき 10月11日(金) 午前10時～正午(受付時間 午前9時45分～)

ところ 保健センター健康館すこやかおおはる

申込期限 10月4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

● 乳幼児の救急法のご案内

申込制

とき 9月6日(金) 午前10時～11時(受付時間 午前9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** 町内在住の乳幼児の保護者

内容 心肺蘇生法の実技講習 **講師** 海部東部消防署員 **定員** 先着20名

申込期限 9月4日(水)

持ち物 母子健康手帳、筆記用具

※実技を行うので、動きやすい服装でお越しください。

※実技の間のみ、ボランティアがお子さんの託児をします。

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

● 9月10日～16日は自殺予防週間です

自殺予防週間とは

自殺対策基本法では、毎年9月10日～16日までの一週間を「自殺予防週間」と位置付け、啓発事業を広く展開しています。

ひとりで悩みを抱え込まず、まずはご家族やご友人、職場の同僚など、身近な人に相談してください。もし、ご家族、友人、同僚など、身近な人の様子がいつもと違うと感じた場合には、じっくりと耳を傾け、支援先につなげ、温かく見守るという一人一人の意識と行動が重要です。

保健センターでは、心の健康相談を実施しています。

相談日 毎週火曜 午前9時30分～11時（予約制）

対象 心の悩みのある方やそのご家族 ※医療機関に相談している方は除く

予約・問合せ先 保健センター健康館すこやかおおはる ☎(444)2714

● 新型コロナワクチン 秋冬から定期予防接種が始まります

7月31日現在

定期予防接種の対象者

- ・ 65歳以上の方
- ・ 60～64歳の方で心臓、腎臓または呼吸器の機能に障害があり、身の回りの生活が極度に制限される方、ヒト免疫不全ウイルス（HIV）による免疫機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な方

接種を受けられる時期 秋冬（年1回）

費用 一部自己負担あり（有料）

※接種を受けられる時期・費用等の詳細が決まり次第、町ホームページおよび広報でお知らせします。

※定期予防接種の対象外の方は、任意接種（全額自己負担による接種）となります。

令和6年3月末までの無料接種で使用していた、接種券（クーポン券）・予診票は、令和6年4月以降は使用はできませんのでご注意ください。

問合せ先 保健センター健康館すこやかおおはる ☎(444)2714

● 献血のご案内

皆さんの善意の献血は、病気やけがで血液製剤を必要とする方への希望になります。

ぜひ献血にご協力をお願いします。

とき 9月29日（日）午前9時30分～11時30分、午後1時～3時30分（お昼の受付休止時間は多少前後する場合があります。）

ところ ピアゴ大治店駐車場

主催 海部ライオンズクラブ

- 詳細**
- ・ 体調の悪い方・薬を服用中の方は受付できないことがあります。
 - ・ ご自身の体調のため、空腹でない状態での献血をお願いしています。
 - ・ 献血カードをお持ちの方は次回献血可能日を確認の上、カード持参でお越しください。
 - ・ 献血Web会員サービス「ラブラッド」に登録し、献血予約をすると待ち時間が少なくスムーズにご案内できます。
 - ・ 献血に関するお問合せは愛知県赤十字血液センターにお願いします。

問合せ先 愛知県赤十字血液センター ☎0561(84)1131（代表）

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	9月10・24日(火)	午前9時～11時
栄養相談	乳幼児とその家族	9月3日・10月1日(火)	午前9時～11時
ことばの相談	幼児	9月11・25日(水)	午後1時30分～3時30分
後期離乳食教室	8～11カ月頃の乳児とその家族	9月27日(金)	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	9月10・24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	9月3日・10月1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（マイナ保険証、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がない方は、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。



《ヒトパピローマウイルス感染症予防接種のお知らせ》

～高校1年生、キャッチアップ接種の無料接種は3月末までとなります～



対象者	接種期間
小学6年生～高校1年相当の女子	小学6年生～ <u>高校1年生相当の3月31日まで</u>
定期接種の機会を逃した年代（キャッチアップ接種） 平成9年4月2日生まれ～平成20年4月1日生まれの女子	<u>令和7年3月31日まで</u>

・町内の医療機関には予診票が置いてあります。

問合せ先 保健センター健康館すこやかおおはる ☎(444)2714

歯の健康講座

海部歯科医師会

知覚過敏とは

知覚過敏は、「歯がしみる」「歯が痛い」という症状が出ます。

健康な歯であれば、その表面のほとんどはエナメル質と呼ばれる硬い組織で覆われています。エナメル質は人の身体で最も硬いと言われており、神経は通っていません。エナメル質の下にあり、歯の大部分を構成する象牙質には無数の小さな穴が開いているため、食べ物や熱や刺激が神経に伝わりやすくなっています。通常は、象牙質はエナメル質の下にあり、刺激が加わることはありません。しかし、過度な力で歯磨きをすることや、歯周病で歯ぐきが下がることによりエナメル質のない歯根部分が露出したり、食いしばりや歯ぎしりでエナメル質が割れてしまい象牙質が露出したりすることがあります。露出した象牙質への刺激が知覚過敏という症状として現れてくるのです。

知覚過敏の治療法としては、**①知覚過敏用の歯磨き粉の使用****②塗り薬でコーティング****③正しい歯磨き****④歯周病の治療****⑤マウスピースの使用****⑥詰め物の治療****⑦フッ素の塗布**などがあります。

知覚過敏は一時的な症状ではあるものの、やわらかい象牙質が露出することでもし歯になりやすいというリスクがあります。また、知覚過敏以外にも、むし歯や歯周病でも同じように歯がしみることもあるため、知覚過敏だと思つて放置せず、**早めに歯科医院で適切な知覚過敏の治療を行いましょ。**