

すこやかガイド

高齢者インフルエンザ予防接種、高齢者コロナウイルス感染症予防接種

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

※対象②の方は、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。

接種期間 10月15日(水)～令和8年1月31日(土)

実施場所 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）の指定医療機関

接種料金 高齢者インフルエンザ予防接種 1,200円

高齢者コロナウイルス感染症予防接種 4,000円

接種回数 年1回

接種方法

●指定医療機関での接種を希望する方は、事前に医療機関へ予約し、接種料金、本人確認書類（マイナ保険証、健康保険証、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。

●海部地区の指定医療機関以外での接種を希望する方は、令和8年1月23日(金)までに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等の手続きが必要になる場合があります。（手続きの処理に2週間程度かかります）

※対象の方に対し、予診票の送付はありません。医療機関に備え付けの予診票を使用します。

※定期予防接種の対象外の方または対象であっても接種期間外に接種した方は、任意接種（全額自己負担）となります。

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

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～

申込制

とき 11月11日(火) 午前9時～10時30分

※雨天中止

集合場所 公民館

※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。

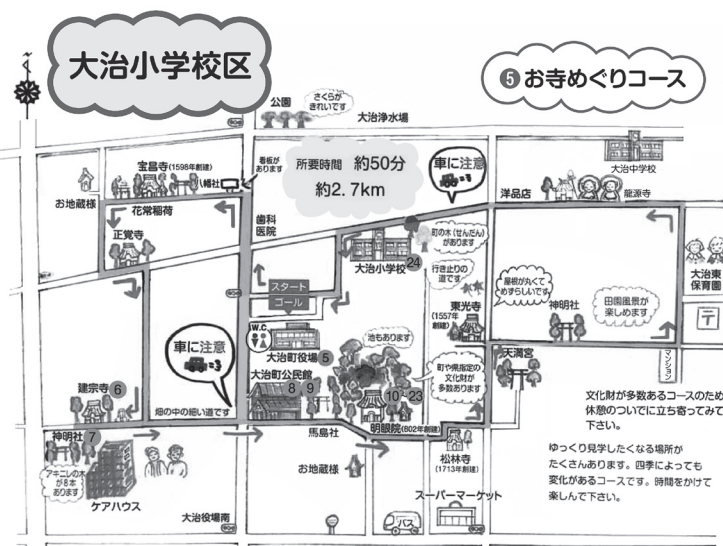
参加費 100円（本年度に初めて参加する方のみ）

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



健康づくり教室 ～筋力アップ!寝たきり予防～

申込制

ロコモティブシンドローム予防教室

筋力の低下や運動器の障害は、寝たきりの要因となり、元気で不自由のない日常生活を送るためには、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の予防が重要です。運動指導士の指導の下、体力・筋力を維持し、寝たきり予防のコツを学びませんか。

とき 10月10日(金) 午後2時～3時

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 ロコモティブシンドローム予防についての講話

講師 あいち健康プラザ 健康運動指導士

定員 30名 ※定員になり次第締め切り

持ち物 筆記用具

申込期限 10月3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



保健推進員主催健康教室 脳トレ体操であたまも身体もリフレッシュ ～オカリナ演奏を聴きながら～

申込制

体を動かしながら頭を働かせることで、脳の活性化を促し、認知機能の低下を防ぐ効果が期待できます。皆さんの参加をお待ちしています。

とき 10月27日(月) 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 町内在住の方

内容 脳トレ体操、季節のレシピー配布、「町内ウォーキング等の年間予定表」の配布

講師 健康づくりリーダー

定員 30名 ※定員になり次第締め切り

参加費 無料

持ち物 飲み物、タオル

申込期限 10月24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



神経系難病患者・家族教室 (第2回)

申込制

とき 10月28日(火) 午後1時30分～3時

ところ 愛西市佐織総合福祉センター

対象 神経系難病患者とその家族

内容 講演「音楽で楽しいひとときを過ごしましょう」※講演後に交流会を行います。

講師 音楽療法カキツバタ 音楽療法士 いちかわ えつこ 高林久美子氏 たかばやし くみこ

定員 20名程度 ※定員になり次第締め切り

申込期間 10月1日(水)～17日(金)

申込・問合せ先 津島保健所 健康支援課 ☎0567(26)4137

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	10月14・28日、 11月11・25日(火)	午前9時～11時
栄養相談 予	乳幼児とその家族	10月7日、11月4日(火)	午前9時～11時
ことばの相談 予	幼児	10月8・22日、 11月12・26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	10月28日、11月25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	10月23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	10月14・28日、 11月11・25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8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	10月7日、11月4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 ※医療機関に相談している方を除く	毎週火曜	午前9時30分～11時
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。		 <p>◀詳細は町HP</p>

予防接種

- 接種時の持ち物 **子ども** 母子健康手帳・予診票・本人確認書類（マイナ保険証、健康保険証など）
成人 予診票・本人確認書類（マイナ保険証、健康保険証など）
- 接種回数、間隔等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問合せください。子どもの場合は、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：2,000円（生活保護世帯は無料）
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歳以上	接種期限：令和8年3月31日（火） 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、海部地区の指定医療機関で接種してください。接種料金：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。

※申請者は、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が必要です。



▲町HP

申込・問合せ先 保健センター健康館すこやかおはる ☎(444)2714

歯と口の健康講座



海部歯科医師会

歯ぎしり

朝起きたときあごが重かったり、歯のすり減りが気になりますか。歯ぎしりを睡眠時に行っている可能性があります。夜間の睡眠中に、「ギギギー」と歯が強くすれ合うときの音が出ることで歯ぎしりと思われていますが、これはグラインディングと呼ばれるもので、歯ぎしりの中の代表的なものです。ほかにも歯を強く噛みしめたり、くいしばるクレンチング、歯をすばやくカチカチ鳴らすタッピングがあります。これらは、昼間にも無意識に行います。これらの3つをあわせてブラキシズムといいます。

原因については、精神的なストレスを抱えていて、しかも眠りが浅い場合や歯並びが悪かったり（不正咬合）、一見良くみえても、噛み合わせたときに均等に歯が接触せずに、特定の歯が強く接触する噛み合わせになっている場合（早期接触）など、いろいろ言われてはいますがよくわからないというのが現状です。

歯ぎしりが進むと歯がすり減る、歯がしみる、歯が割れる、被せ物詰め物が頻繁に外れるなどの症状が出ます。また、顎関節症が悪化したり頭痛、肩、首の痛みが出たりします。

治療方法として、一般的には歯科医院で個々の歯並びに合ったマウスピースを作成し、夜間などに使用することです。

自己診断としては、歯のすり減り、頬粘膜、舌の圧痕、骨隆起（骨の高まり）などがあれば歯ぎしりを行っている可能性があります。

一度かかりつけ歯科医院でご相談ください。歯の健康は、体の健康の源ですから！