

高齢者保健事業(65歳以上の方が対象です※令和2(2020)年3月末までに65歳になる方も含みます。)

事業名	会場	日時	内容・その他
健康相談	森懇の家	5日(月)	午後1時30分～2時30分 血圧測定・健康に関する相談
	七宝総合福祉センター	5日(月)	
	美和総合福祉センター すみれの里	5日(月)	
はつらつクラブ	甚目寺総合福祉会館	26日(月)	健康チェック、軽い体操、 レクリエーション、栄養・口腔の話等 ★の日は歯科医師による講話があります。
	坂牧コミュニティ防災センター	16日(金)	
	上萱津コミュニティ防災センター	26日(月)★	
	下萱津コミュニティ防災センター	7日(水)	
	七宝保健センター	8日(木)	
	正則コミュニティセンター	7日(水)	
	篠田防災コミュニティセンター	8日(木)★	
	美和保健センター	16日(金)	
筋力アップクラブ	甚目寺総合福祉会館	8日(木)	午前10時～11時30分 午後1時30分～3時 ストレッチ、エアロビクス、体操等 体を動かすことを中心とした教室です。
	七宝保健センター	8日(木)	
	美和保健センター	22日(木)	

※「はつらつクラブ」か「筋力アップクラブ」のどちらか一方のみの参加となります。ご自分の体に合った教室にご参加ください。

成人保健事業

事業名	会場	日時	内容・その他
こころの相談室 要申込	甚目寺保健センター	5日(月)	午後1時30分～3時30分 公認心理師による個別相談 要申込(実施日の1週間前まで)
健康相談 歯科相談 要申込	甚目寺・七宝・美和保健センター	随時	(日程の調整をさせていただきます) 保健師による個別相談 歯科衛生士による個別相談
いきいき体操	七宝保健センター	毎週火・木・金曜日	午後4時～4時30分 ビデオによる健康増進・体力向上のための 体操・エアロビ等

健康づくりのために・・・定期的にウォーキングをしませんか

事業名	集合場所	日時	内容・その他
ウォーキングあま	美和公民館 講堂兼体育場	21日(水)	午前9時30分～11時30分 ウォーキング講習会 (市内在住、または 在勤の方) ※申込受付は当日です。

※4月から「ウォーキングねぎぼうずあま」と「みんなで歩こう会」は「ウォーキングあま」に変更になりました。

母子保健事業のご案内

母子健康手帳はすべての事業に必要です。お住まいの保健センターをご利用ください。都合により別会場を希望される場合は2日前まで(土・日曜・祝日を除く)にご希望の保健センターまでご連絡ください。

事業名	会場	日時	対象者	内容・その他	
子育て相談・ 母乳相談	甚目寺保健センター	26日(月)	午前9時30分～ 10時30分 ※母乳相談は午前 10時まで	乳幼児をもつ 希望者	身体計測・個別相談 (保健師、助産師、栄養士、歯科衛生士) ※甚目寺保健センターの歯科相談は火曜 日のみです。 ※母乳相談ができるのは、1人月1回です。 ※母乳相談を受ける方は、タオルをご持参 ください。
		27日(火)			
	七宝保健センター	7日(水)			
	美和保健センター	9日(金)			
もぐもぐ 歯っぴい教室 要申込	七宝保健センター	20日(火)	午前9時45分～ 10時	平成30年11月生	むし歯予防の話・歯の手入れの方法・ 9か月以降の離乳食の話・親子遊び ※定員20人(先着順)
	甚目寺保健センター	28日(水)			

【その他】

- 母子健康手帳の交付・・・各保健センターで随時行っています。妊娠届出書・個人番号(マイナンバー)が分かる書類をお持ちください。
- 乳幼児健診(3～4か月・1歳6か月・2歳歯科・3歳)・・・健診日の約3週間前までに対象者あてにお知らせします。詳しい日時等は別途お知らせをご覧ください。

申込・問合せ先

甚目寺保健センター ☎443・0005 七宝保健センター ☎441・5665 美和保健センター ☎443・3838

予防接種事業

【集団接種】

事業名	会場	日時	対象者・接種間隔・回数等	持ち物	
BCG	甚目寺保健センター	21日(水)	午後1時10分～1時30分	平成31年2月生 1歳に至るまでの方 (推奨期間 生後5～8か月) :1回	母子健康手帳 BCG予防接種予診票
	美和保健センター	5日(月)			

※病気等で指定された日に来られない場合は、お住まいの保健センターへご連絡ください。

【個別接種】あま市、津島市、愛西市、弥富市、海部郡内の指定医療機関で接種してください。

ワクチンの種類

ワクチンの種類	持ち物
Hib(ヒブ)、小児の肺炎球菌、B型肝炎、4種混合、麻しん及び風しん(MRワクチン)、水痘(水ぼうそう)、日本脳炎、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)、不活化ポリオ、3種混合	母子健康手帳、予防接種予診票、子ども医療費受給者証等

- ・接種回数・間隔等詳しくは「あま市母子保健事業・予防接種年間予定表」をご覧ください。
- ・指定医療機関へ必ず接種前に予約をしてください。
- ・指定医療機関で接種できない方は、指定医療機関以外で接種できる場合があります。詳しくは保健センターにお問い合わせください。
- ・市内小学校に通学の方で、日本脳炎2期(小学校4年生)、2種混合(小学校6年生)の対象者には、学校を通じて予診票を配布しています。市外通学者及び転入者は、保健センターで予診票をお受け取りください。

愛知県広域予防接種事業について

疾病や里帰りなどの事情で区域外の医療機関にかかっている場合、愛知県内の広域予防接種協力医療機関で接種することができます。事前に手続きが必要ですので、詳細はお問い合わせください。

対象地区について

各種事業については、原則お住まいの地区保健センターの利用をお願いします。

甚目寺保健センター	七宝保健センター	美和保健センター
甚目寺・栄・西今宿・森・方領・石作・小路・本郷・坂牧・下萱津・中萱津・上萱津・新居屋	沖之島・遠島・安松・秋竹・桂・下田・川部・伊福・下之森・徳実・鷹居・鯉橋	二ツ寺・東溝口・花正・花長・木折・富塚・古道・金岩・木田・森山・中橋・丹波・蜂須賀・篠田・北苅・小橋方・乙之子

なごみ昼食会

9月のなごみ昼食会の開催日程は次のとおりです。

時 9月6・13・20・27日(金)
午前11時30分～午後1時

所 甚目寺地域福祉センター(甚目寺総合福祉会館内)

対 65歳以上のひとり暮らしの方
定 10人(応募者多数の場合は抽選で決定し、当選者には郵送で連絡)

¥ 100円

申 参加希望者は、希望日の1か月前から2週間前までにあま市社会福祉協議会本所(甚目寺総合福祉会館)窓口、または電話でお申し込みください。

問 あま市社会福祉協議会本所(甚目寺総合福祉会館内)
☎443・4291

歯の健康講座

「歯周病はうつるか?」

歯周病は歯周病原菌が原因で発症しますが、細菌だけが原因で発症するのではなく、細菌が関与する原因で感染症と考えられています。

歯肉が腫れたり、出血したりすると歯肉が腫れたり、歯を支えている骨(歯槽骨)が吸収しないので、歯を失うことがあります。

歯周病は歯周病原菌が原因で発症しますが、細菌だけが原因で発症するのではなく、細菌が関与する原因で感染症と考えられています。

歯肉が腫れたり、歯を支えている骨(歯槽骨)が吸収しないので、歯を失うことがあります。

歯周病は歯周病原菌が原因で発症しますが、細菌だけが原因で発症するのではなく、細菌が関与する原因で感染症と考えられています。

歯肉が腫れたり、歯を支えている骨(歯槽骨)が吸収しないので、歯を失うことがあります。

歯周病は歯周病原菌が原因で発症しますが、細菌だけが原因で発症するのではなく、細菌が関与する原因で感染症と考えられています。

歯肉が腫れたり、歯を支えている骨(歯槽骨)が吸収しないので、歯を失うことがあります。

歯周病は歯周病原菌が原因で発症しますが、細菌だけが原因で発症するのではなく、細菌が関与する原因で感染症と考えられています。

歯肉が腫れたり、歯を支えている骨(歯槽骨)が吸収しないので、歯を失うことがあります。

歯周病は歯周病原菌が原因で発症しますが、細菌だけが原因で発症するのではなく、細菌が関与する原因で感染症と考えられています。

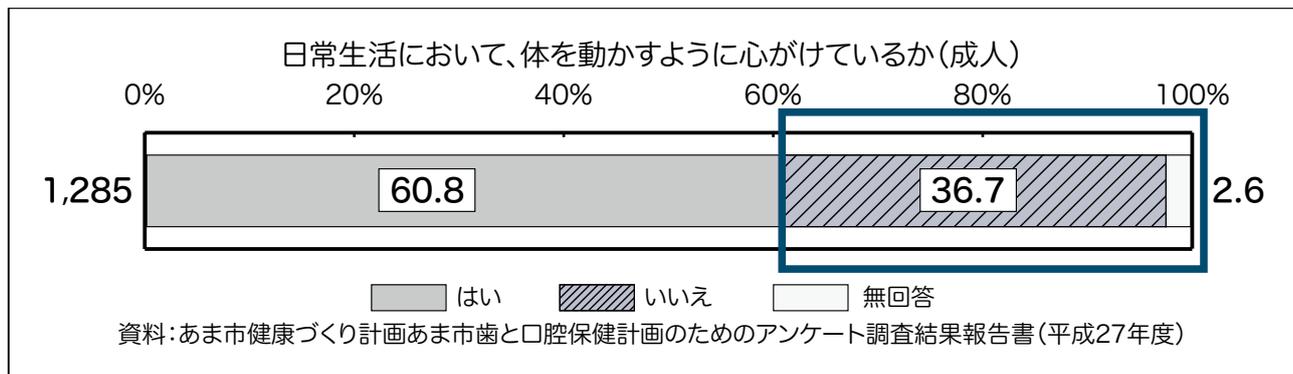
歯肉が腫れたり、歯を支えている骨(歯槽骨)が吸収しないので、歯を失うことがあります。



(海部歯科医師会)

“勇健な教育・健康未来都市” ～あま市健康づくり計画～

第2次あま市健康づくり計画では、生活習慣の見直しに、『身体活動と運動』を取り入れ、運動習慣者の割合を増やすことを目指しています。**自分にあった運動を見つけ長く続けましょう。**



日常生活で運動ができていない人が、40%もいます。理由は、時間に余裕がない、面倒だ、身近に適切な施設がない、1人ではできないなどでした。

～ウォーキングやラジオ体操などは、気軽にどこでもできる運動です～

○「ウォーキングあま」で一緒に歩いてみましょう。

市の見どころを巡ることができる全10コースを掲載した“健康ウォーキングマップ”を参考に皆で歩いています。1人での参加も大丈夫です。



まず、歩数計を付けて歩いてみましょう。

※暑い夏は熱中症予防のため講習会になります。

日 時	内 容	場 所
8月21日(水) 午前9時30分～	ウォーキング講習会	美和公民館

※ウォーキングマップは各保健センターにありますのでご利用ください。

○ラジオ体操をしてみませんか？

ラジオ体操は、なにも準備するものがなくても気軽にできる体操です。体全体の筋肉や関節をバランスよく動かすことができます。親子で一緒にできる体操です。ぜひ、一緒に体操しましょう。

*市民ラジオ体操の集いに参加しましょう。



日 時	場 所
7月28日(日) 午前7時30分～	七宝北中学校 運動場

※ラジオ体操の集いに参加すると健康マイレージがたまります。

あま市が元気になるためにあま市民が、市の「健康づくり計画、歯と口腔の保健計画及び食育推進計画」を協働により推進するための、「健康づくりサポーター」である“生き生き推進隊”が活動しています。興味のある方は、保健センターにお問い合わせください。

問合先

甚目寺保健センター ☎443・0005 七宝保健センター ☎441・5665 美和保健センター ☎443・3838