

高齢者保健事業(65歳以上の方が対象です)

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、市の保健事業に参加される場合は、以下のことについてご協力をお願いいたします。
 ・ご自宅で体温を測定してきてください。 ・いつもと体調が違うと感じたら、無理はせず参加を控えてください。 ・必ずマスクを着用してください。

事業名	会場	日時	内容・その他
健康相談	七宝総合福祉センター	26日(月)	午前9時30分～10時30分 血圧測定・健康に関する相談
	美和総合福祉センター すみのの里	5日(月)	
	本郷憩の家	20日(火)	
はつらつクラブ 運動強度：★	甚目寺保健センター	新型コロナワクチン予防接種のため、4月～9月までの保健センターのはつらつクラブは中止となります。	
	美和保健センター	16日(金)	午前10時～11時30分
	坂牧コミュニティ防災センター	26日(月)	午後1時30分～3時 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
	上菅津コミュニティ防災センター	8日(木)	
	七宝総合体育館(剣道場)	15日(木)	
ワクワクからだ教室 運動強度：★★★	甚目寺総合体育館(柔道場)	2日(金)	午前9時30分～11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。
	シルバー人材センター 七宝支所	9日(金)	
	篠田防災コミュニティセンター	16日(金)	

※「はつらつクラブ」か「ワクワクからだ教室」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	15日(木)	①午前9時30分～ ②午前10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 栄養相談 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 栄養士による個別相談
いきいき体操 【予約不要】	七宝保健センター 美和保健センター 甚目寺保健センター	新型コロナワクチン予防接種のため、4月～9月までのいきいき体操は中止となります。	

事業名	電話番号	内容・その他
あま安心ダイヤル	0120・201・072	医師・看護師・保健師などによる健康についての電話相談 24時間受付・年中無休・通話料無料

事業名	集合場所	日時	内容・その他
ウォーキングあま	新型コロナワクチン予防接種のため、4月～9月までのウォーキングあまは中止となります。		

母子保健事業のご案内

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、来所される場合は以下のことについてご協力をお願いいたします。
 ・ご自宅で体温測定をしてからお越しください。 ・いつもと体調が違うと感じたら、無理せず来所を控えてください。
 マタニティ教室【一般編】は、新型コロナワクチン予防接種体制が整ったため時間を短縮して行うことになりました。

事業名	会場	日にち	受付時間	対象者	内容・その他
マタニティ教室 一般編 要予約	甚目寺保健センター	21日(水)	午前9時10分～9時25分	妊婦及び夫	講話、沐浴、交流会 ※新型コロナウイルス感染症予防のため、妊婦体験は中止し、時間を短縮して実施します。
子育て相談・母乳相談 要予約	七宝保健センター	7日(水)	午前9時30分～10時15分	乳幼児をもつ希望者	身体計測・個別相談(保健師、助産師、管理栄養士、歯科衛生士) ★母乳相談は定員を6人とし、定員になり次第、締め切らせていただきます。 ※甚目寺保健センターの歯科相談は火曜日のみとなります。 ※母乳相談ができるのは、一人月1回です。 ※身体計測時バスタオルを使用しますので、ご持参ください。
	美和保健センター	2日(金)			
	甚目寺保健センター	26日(月) 27日(火)			
離乳食教室 要予約	新型コロナワクチン予防接種のため、中止となります。				
もぐもぐ遊び教室 要予約	新型コロナワクチン予防接種のため、中止となります。				

【その他】

- 母子健康手帳の交付…各保健センターにて随時行っています。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歳児歯科・3歳) 健診日の2週間前を目途に対象の方に案内を送ります。対象・実施日については市公式ウェブサイトをご確認ください。
- 子育て相談について 令和3年度の子育て相談は、予約制となりましたのでご注意ください。

【申込・問合せ】 甚目寺保健センター ☎444・0005 FAX443・5416

予防接種事業

子どもの予防接種は遅らせずに、予定通り受けましょう。手続き等で来所される場合は、午後は新型コロナワクチン予防接種の会場となるため、午前中をお勧めします。ロタウイルス感染症予防接種が令和2年10月1日から定期接種となりました。
※ロタウイルス感染症予防接種は令和2年8月1日生まれ以降の方が対象です。

【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にて接種してください。

ワクチンの種類	持ち物
ロタ、B型肝炎、Hib(ヒブ)、小児の肺炎球菌、4種混合、BCG、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。

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。

特別の理由による任意予防接種費用助成事業について
骨髄移植手術その他の理由により、接種済みの定期の予防接種の予防効果が期待できないと医師に判断され、任意で再度、予防接種を受ける方に対し、予防接種に要する費用の一部を助成します。
◎対象者
・骨髄移植手術その他の理由により、接種済みの定期の予防接種の予防効果が期待できないと医師に判断された方
・接種日に20歳未満の方。ただし、4種混合は15歳未満、Hib(ヒブ)は10歳未満、小児の肺炎球菌は6歳未満、BCGは4歳未満の方
◎対象の予防接種
・接種済の定期予防接種A類(B型肝炎、Hib(ヒブ)、小児の肺炎球菌、4種混合、3種混合、不活化ポリオ、BCG、麻しん及び風しん(MRワクチン)、水痘、日本脳炎、2種混合、子宮頸がん予防ワクチン)
※事前に手続きが必要です。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。

七宝保健センター	美和保健センター	甚目寺保健センター
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・北刈・小橋方・乙之子	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

歯の健康講座「大人のむし歯予防」

最近、朝起きた時あごが重かったり、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。歯が強く擦れ合う時の音が出ることで歯が歯ぎしりと思われていますが、これは**グライディング**と呼ばれるもので、歯ぎしりの中の代表的なものです。他にも歯を強く噛みしめたり、くいしばる**クレンチング**、歯をすばやく力強く叩く**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**といえます。

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)、一見よくみえても、噛み合わせた時に均等に歯が接触しなくて、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、いろいろな言われて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ったり、歯がしみたり、歯が割れたり、被せ物詰め物が頻りに外れたりなどの症状が出たり、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。

治療方法としては、一般的には、歯科医院にて個々歯並びに合ったマウスピースを作成し、夜間等に使用することです。

自己診断としては、歯の擦り減り、頬粘膜、舌の圧痕、骨隆起(骨の高まり)等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にてご相談ください。歯の健康は、体の健康の源ですから！

(海部歯科医師会)

なごみ昼食会

8月のなごみ昼食会の開催日程は次のとおりです。

時 8月6日(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 象 65歳以上のひとり暮らしの方
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します)

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

申 費 100円
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。

