

## 高齢者保健事業 (65歳以上の方が対象です)

事業名	会場	日時	内容・その他
健康相談	七宝老人福祉センター	24日(月)	午前10時～11時
	美和総合福祉センター すみれの里	10日(月)	午前9時30分～10時30分
	本郷憩の家	18日(火)	午後1時30分～2時30分
はつらつクラブ 運動強度:★	甚目寺保健センター	24日(月)	午前10時～11時30分
	坂牧コミュニティ防災センター	28日(金)	
	美和保健センター	19日(水)	
	七宝保健センター	6日(木)	午後1時30分～3時
	上菅津コミュニティ防災センター	☆10日(月)	
	篠田防災コミュニティセンター	13日(木)	
ワクワクからだ教室 運動強度:★★	甚目寺保健センター	7日(金)	午前9時30分～11時
	七宝保健センター	21日(金)	
	美和保健センター	28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
いきいき体操	七宝保健センター	火・木・金 (祝日は除く)	午後4時～4時30分
健康相談 歯科相談 栄養相談 こころの相談室 【要予約】	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。

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)

【予約・問合先】 甚目寺保健センター ☎443・0005 FAX443・5461

## 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。

【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
ロタウイルス感染症、B型肝炎、Hib (ヒブ) 感染症、小児の肺炎球菌感染症、4種混合、BCG、麻しん及び風しん、水痘 (水ぼうそう)、日本脳炎、2種混合、HPV感染症 (子宮頸がん)、不活化ポリオ、3種混合	母子健康手帳、予防接種予約票、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。

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

### 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) 感染症は10歳未満、小児の肺炎球菌感染症は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) 感染症、小児の肺炎球菌感染症、4種混合、3種混合、不活化ポリオ、BCG、麻しん及び風しん、水痘、日本脳炎、2種混合、HPV感染症 (子宮頸がん))

※事前に手続きが必要です。詳細はお問い合わせください。

## 母子保健事業

下記の事業は予約制です。

事業名	会場	日にち	受付時間	対象者	内容・その他
パパママ教室	オンライン配信	25日(火)	午前9時15分～9時30分	妊婦及び配偶者またはパートナー	分娩についての話 ZOOMにて開催します。ご希望の方は、1週間前までにお申し込みください。
離乳食教室 (メール申込)	コミュニティプラザ菅津	7日(金)	午前9時45分～10時	4～6か月児	離乳初期・中期頃の離乳食の話、交流会 【予約方法】メール申込(予約は8日前までにお願います) ①件名に「〇月〇日参加申し込み」を記入 ②本文に「お名前・電話番号・託児利用のお子さんのお名前・フリガナ・生年月日・性別」を記入し ✉rinyusyoku@mama-plus.comまでメール送信してください。
	七宝保健センター	25日(火)			
もぐもぐ 歯っぴい教室	オンライン配信	26日(水)	午前9時45分～10時	7～9か月児	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 ZOOMにて開催します。ご希望の方は、1週間前までにお申し込みください。
子育て相談 母乳相談	七宝保健センター	5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) ★母乳相談は定員があります。 ※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。 ※別会場を希望される方は、2日前まで(土・日曜・祝日を除く)にご希望の地区の保健センターまでご連絡ください。 ※母乳相談ができるのは、一人月1回です。母乳相談を希望される方は、タオルをご持参ください。 ※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	21日(金)			
		10日(月)			
	甚目寺保健センター	11日(火)			

### 【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)を証明する書類・口座情報がわかるものをお持ちください。
- 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。

【申込・問合せ先】 甚目寺保健センター ☎443・0005 FAX443・5461 七宝保健センター ☎441・5665 FAX449・1037 美和保健センター ☎443・3838 FAX443・3839

## 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 ☎443・0005	七宝保健センター ☎441・5665	美和保健センター ☎443・3838
甚目寺・本郷・坂牧・下菅津・中菅津・上菅津・栄・西今宿・森・方領・石作・小路・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・北刈・小橋方・乙之子

## 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4日(18:25日金)

午前11時30分～午後1時

甚目寺総合福祉会館

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)

**申** 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。

**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「夏に用心」

また暑い日々が続いて来ましたが、この時期に何より気を付けなければならぬのが熱中症です。高温多湿の環境に長時間いることで体温の調節がうまくできなくなり、体に熱がこもっているような症状が現れる状態です。重症になると意識障害を起して最悪、死に至ることもあります。予防法はなるべく暑い場所を避け体温の上昇を防ぎ、こまめに水分補給を行うことです。

水分補給にはジュース類やスポーツドリンクなどを飲む機会が増えると思います。でも気を付けてほしいのは容器にしている成分表を見てもわかるとおり、これらには意外と多量の砂糖が含まれていることです。皆さんご存知のように砂糖はミュータンス菌をはじめとするむし歯の原因菌の大好物です。栄養分を得て活発に増殖して酸を作り出し、歯を溶かし始めます。少なくとも口の中に甘味を感じ

じている間は糖分が歯の表面にも残っていると想像しなければなりません。また炭酸飲料では炭酸が直接歯を溶かす。パターンもあります(酸蝕歯)。できれば飲んだ後に水やお茶で口をゆすぐといいと思います。歯ブラシ以外にもデンタルフロスや歯間ブラシなどの補助清掃器具も用いて口腔清掃もたいに行いたいものです。初期のむし歯は無症状で進行しやすいので定期的なむし歯が出来ていないか専門家にチェックを受けることも大事になります。

(海部歯科医師会)

