



介護予防教室(65歳以上の方が対象です)

事業名	会 場	日 時	内容・その他
はつらつ クラブ	七宝保健センター	3日(木)	午前10時～11時30分 午後1時30分～3時 軽い体操に加え、口腔や栄養の講話を通じた介護予防のための教室です。仲間と楽しみながら、元気に暮らせる心と体を作りましょう。(坂牧コミュニティ防災センター、上菅津コミュニティ防災センターは上履きが必要です) ※予約は不要です。
	甚目寺保健センター	7日(月)	
	美和保健センター	9日(水)	
	坂牧コミュニティ防災センター	11日(金)	
	上菅津コミュニティ防災センター	7日(月)	
	篠田防災コミュニティセンター	10日(木)	

【問 合 先】 高齢福祉課地域包括支援センター ☎444・3159 FAX443・2571

成人保健事業(40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	本郷親の家	1日(火)	午後1時30分～2時30分 保健師による血圧測定
	美和総合福祉センターすみのの里	21日(月)	午前9時30分～10時30分 健康に関する相談
	七宝老人福祉センター	28日(月)	午前10時～11時 ※予約は不要です。
ワクワから健康	甚目寺保健センター	4日(金)	体ほぐしや体操で筋肉を丈夫にして、転倒や骨折を予防する教室です。骨盤底筋群や自律神経などを整えます。 ※予約は不要です。
	七宝保健センター	18日(金)	
	美和総合福祉センターすみのの里	25日(金)	
いきいき体操	七宝保健センター	火・木・金(隔日開催)	午後4時～4時30分 DVDによる健康増進・体力向上のためのエアロビクス、あま体操※予約は不要です。

事業名	会 場	内 容
各種 個別相談	甚目寺・七宝・美和保健センター	歯科衛生士による歯科相談、栄養士による栄養相談、保健師による健康相談、臨床心理士による心の悩みに関する相談があります。(臨床心理士への相談は、甚目寺保健センターに電話をしてください) ※予約制です。

事業名	会 場	日 時	ウォーキングコース	内容・その他
ウォー キング あま	七宝保健センター	19日(土)	午前9時30分～ 11時30分頃 ふれあい橋コ ース(4.0km)	申込受付は当日に行います。 雨などの天候による開催・中止の判断は、当日 午前8時30分に行いますので、七宝保健セン ターにご確認ください。 ※予約は不要です。 ※リアルワークアプリを体験しながら実施 します。今回は参加者全員に景品があります

事業名	会 場	日 時	受講料	対象・申し込み方法
野菜たっ ぱりのプラン ちいかが?	美和保健センター	9日(水)	午前9時30分～正午 500円程度	対象者:市内在住の方(定員12人) 申込方法:美和保健センターの窓口または 電話にてお申込みください。 申込期間:9月18日(水)～10月2日(水)

事業名	会 場	日 時	内容・その他
精神保健 相談会	甚目寺保健センター	11日(金)	①午後1時30分～ ②午後2時20分～ 医師による、心の悩みに関する個別相談です。本人ではなく、ご家族の方も相談できます。 ご希望の方は、甚目寺保健センターにご予約ください。

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です。24時間受付・年中無休・通話料無料です。

【予約・問合先】 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

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、5種混合、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、ヒトパピローマウイルス(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、詳しくは保健センターに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、5種混合・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

- ・接種済みの定期予防接種A類(5種混合、B型肝炎、Hib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)

※事前に手続きが必要です。詳細はお問い合わせください。

【申込・問合先】 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

母子保健事業のご案内

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
離乳食教室 (前期)	甚目寺保健センター	4日(金)	午前9時45分～ 10時	4～6か月児	【予約方法】 メール申込(予約は8日前までにお 願いします) 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、 下記アドレスにメール 送信してください。 ☒rinyusyoku @mama-plus.com 
パパママ教室	甚目寺保健センター	8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	講話・交流会・体験(抱っこ体験、沐浴体験、お父さん の妊婦体験) ※定員あり
親子で遊ぼう! 歯っぴい教室	甚目寺保健センター	23日(水)	午前9時45分～ 10時	8～11か月児	絵本の読み聞かせ、むし歯予防のお話・歯のお手入れ の方法、親子遊びの話、交流会 ※定員15人
ふたごちゃ ん・みつごち ゃん交流会	美和保健センター	28日(月)	午前10時～ 正午	ふたご・みつ ごの乳幼児を 持つ希望者	親子遊び・交流会 ※1週間前までに予約してください。 ※無料託児あり。託児を希望される方は2週間前ま でに予約してください。
子育て相談	七宝保健センター	9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(母乳相談、栄養相談、歯科相談、 育児相談)
	美和保健センター	11日(金)			※身体計測のみ希望の方は予約不要です。
		21日(月)			※甚目寺保健センターの歯科相談は月曜日のみとなります。
	甚目寺保健センター	☆22日(火)			※母乳相談は1日4人までになります。 ※母乳相談ができるのは、1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。 ※☆の日は、母乳相談・栄養相談を予約された方のみ となります。

【その他】

- 母子健康手帳の交付…甚目寺保健センター(予約不要・随時)、七宝・美和保健センター(要予約)にて行っております。
- 妊娠届出書・個人番号(マイナンバー)を証明する書類・口座情報が分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】 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

歯の健康講座

「災害時の口腔ケア」



昨今、水害や地震などで
 激甚災害が多く発生してい
 る。記憶に新しいところだと、
 今年の元日に石川県の能登
 半島の大地震が発生したば
 かりだ。我々はいつ何時起
 こるか分からない南海トラ
 フ地震に備えていく必要が
 ある。

災害関連死という言葉を
 ご存じだろうか？地震など
 で直接的に命を落とすので
 はなく、災害後の避難生活
 のストレスや疲労、環境の
 変化などによって持病の悪
 化もしくは新規に発症した
 疾病により間接的に命を落
 とすことを指す。せつかく
 助かった命を守る事はとて
 も重要だ。

災害関連死の死因で最も
 多かったのは呼吸器疾患
 (誤嚥性肺炎)といわれてい
 る。誤嚥性肺炎とは誤嚥(食
 べ物や唾液が気道に入るこ
 と)がきっかけになって細菌
 が肺に入り込んで引き起こ
 される肺炎の事である。

□の中が磨けず汚れた状
 態だと細菌が入っていつて
 感染を起こすのである。

もちろん誤嚥性肺炎以外
 にもむし歯や歯周病といっ
 た一般的な口腔内の病気も
 増加する。

非常持ち出し袋に歯ブラ
 シなどの口腔ケアグッズを
 入れておく必要性はあるだ
 ろう。

また、断水などにより水
 の供給が少ない場合もある。
 そのような場合はやはり歯
 磨きに水を使う事に躊躇し
 てしまうだろう。

その場合でも、少ない水
 (30ml)で磨く方法もあるし
 ウエットティッシュで歯を
 ぬぐう方法もある。インタ
 ーネットで調べれば他にも
 色々な方法があることが分
 かる。

災害が起きれば口腔ケア
 など考える事ができないか
 もしれないが、□の中をき
 れいに保つことで助かる命
 があることも事実だ。

今すぐ非常持ち出し袋に
 口腔ケアグッズを追加して
 いただきたい。

(海部歯科医師会)