

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	5日(木)	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、上萱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	9日(月)	
	坂牧コミュニティ防災センター	13日(金)	
	美和保健センター	18日(水)	
	上萱津コミュニティ防災センター	2日(月)	
	篠田防災コミュニティセンター	12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	新居屋敷の家	5日(木)	保健師による血圧測定 健康に関する相談 ※予約は不要です。 ※○の日は、体組織計で体脂肪率や筋肉量、体内年齢などを測定できます。
	美和総合福祉センターすみのの里	○9日(月)	
	七宝老人福祉センター	23日(月)	
ワクワク からだ教室	甚目寺保健センター	6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	20日(金)	
	美和総合福祉センターすみのの里	27日(金)	
いきいき体操	七宝保健センター	火・木・金 (祝日は除く)	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	集合同所	日 時	ウォーキングコース	内容・その他
ウォーキング あま	美和保健センター	10日(火)	午前9時30分～ 11時30分頃	正則コース (4.7km) 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、美和 保健センターにご確認ください。 ※予約は不要です。 ※あいち健康プラスアプリのリアルウ ーク対象コースです。

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
5種混合、ロタウイルス感染症、B型肝炎、小児の肺炎球菌感染症、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、ヒトパピローマウイルス(HPV)感染症(子宮頸がん)、4種混合、Hib(ヒブ)感染症、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。

高齢者インフルエンザ・高齢者新型コロナウイルス感染症予防接種の期限は令和7年1月31日(金)までです。

有効性や安全性をよく理解し、ご本人の意思と責任で接種を希望する場合は、期限内に接種を行ってください。

○国の新型コロナワクチン相談窓口…ワクチン施策等に関する問い合わせ

厚生労働省 新型コロナワクチンコールセンター：☎0120・700・624 【平日、土日・祝日】午前9時～午後9時

○県の新型コロナワクチン相談窓口…新型コロナワクチン接種の副反応や副反応疑いなどに関する問い合わせ

新型コロナワクチン副反応相談窓口：☎954・6272 【平日】午前9時～午後5時30分

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。

●予防接種健康被害救済制度について

予防接種では健康被害(病気になったり障害が残ったりすること)が起こることがあります。極めてまれではあるものの、なくすことはできないことから、救済制度が設けられています。体調の変化等ありましたら、一度かかりつけ医にご相談ください。詳細につきましては、市公式ウェブサイトをご覧ください。申請される場合は、甚目寺保健センターにご相談ください。

【申込・問合先】 甚目寺保健センター ☎443・0005 FAX 443・5461 七宝保健センター ☎441・5665 FAX 449・1037 美和保健センター ☎443・3838 FAX 443・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
パパママ教室	美和保健センター	☆11日(水)	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 ☆の会場は子育て支援センターの見学も行います。
パパママ歯科健診	甚目寺保健センター	26日(木)	午前9時15分～9時30分		歯科診察・相談、歯科医師による講話 ※妊娠中期(16～27週頃)までに受診されることをお勧めします。 ※予約申込みは2日前までをお願いします。
離乳食教室(前期)	甚目寺保健センター	6日(金)	午前9時45分～10時	4～6か月児	離乳初期(5～6か月頃)・中期(7～8か月頃)の離乳食の話、交流会 【予約方法】 メール申込(予約は8日前までをお願いします) 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
離乳食教室(後期)		24日(火)		8～11か月児	離乳後期(9～11か月頃)・完了期(12～18か月頃)の離乳食の話、交流会 
子育て相談	七宝保健センター	4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) ※ 身体計測のみ希望の方は予約不要です。 ※ 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。 ※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。
	美和保健センター	13日(金)			
	甚目寺保健センター	16日(月)			
		☆17日(火)			

【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



歯の健康講座

親知らず

親知らずは、前歯の中央から数えて一番奥に生える大人の8番目の歯です。正式な名称は第三大臼歯と言います。何故親知らずと言うのかは昔、医学が発達しておらず歯が生えてくる頃には親が亡くなっている事が多かったためや親離れしている時に生えるため親知らずというなど、その語源には諸説あります。

し歯になれば他の歯と同様にむし歯をけずって、詰め物をしたり被せ物をしたりします。また歯の一部が口の中に見える親知らずについて25歳以降で32%以上は歯周病になっているとも言われ、今後痛みや歯ぐきの腫れの原因となる事が考えられるため抜歯も一つの選択肢になります。

この親知らずは、必ずしも全員が生えるわけではなく一生生えてこない人もいれば上下顎左右4本全部生える人、元々親知らずがない人もいます。また、まっすぐ生える人もいれば歯の一部だけが口の中に見えている人、向きは人によって様々です。

歯をする必要はありませんが年齢を重ねるにつれ、骨と歯が硬くなってきたり、将来かみ合わせに関係なく、歯周病の感染源になりやすい歯に關してはなるべく若い頃に抜歯が良いとされています。

一番奥にあるため歯磨きが難しくむし歯になりやすい歯のため、ある研究では中高年(52～74歳)に生えている77%の親知らずがむし歯になっているというデータもあり、む

し歯になれば他の歯と同様にむし歯をけずって、詰め物をしたり被せ物をしたりします。また歯の一部が口の中に見える親知らずについて25歳以降で32%以上は歯周病になっているとも言われ、今後痛みや歯ぐきの腫れの原因となる事が考えられるため抜歯も一つの選択肢になります。

(海部歯科医師会)

