

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	甚目寺保健センター	10日(月)	午前10時～11時30分 午後1時30分～3時
	美和保健センター	12日(水)	
	七宝保健センター	13日(木)	
	坂牧コミュニティ防災センター	14日(金)	
	上菅津コミュニティ防災センター	3日(月)	
篠田防災コミュニティセンター	13日(木)		

軽い体操に加え、口腔や栄養についても学べる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。

【問合せ】 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	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
	七宝老人福祉センター	○17日(月)	午前10時～11時
	森穂の家	○19日(水)	午後1時30分～2時30分
ワクワクからだ教室	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)	
	美和総合福祉センターすみれの里	28日(金)	
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

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、体組成計で体脂肪率や筋肉量、体内年齢などを測定できます。

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。

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	集合場所	日時	ウォーキングコース	内容・その他
ウォーキングあま	甚目寺保健センター	6日(木)	午前9時30分～11時30分頃 平成プロムナードコース(4.6km)	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、甚目寺保健センターにご確認ください。 ※予約は不要です。

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	14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

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・問合せ】 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	甚目寺保健センター	12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
離乳食教室(前期)	甚目寺保健センター	3日(月)	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
離乳食教室(後期)		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	
親子で遊ぼう! 歯っぴい教室	甚目寺保健センター	26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	七宝保健センター	28日(金)	午前10時～正午	多胎児を妊娠中・子育て中のご家族	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	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(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	14日(金)			
	甚目寺保健センター	17日(月)			
		☆18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

歯の健康講座

乳幼児期の食器の共有に気をつけていますか？

「離乳食が始まる時期に、お父さんやお母さんと同じ箸やスプーン、フォークやコップなどを使うとむし歯菌がうつる」という情報はご存知でしょうか？近年よく言われるようになり、一度はメディアや雑誌、SNSなどで目にしたことがあるのではないのでしょうか？

「食器を共有しないことが、赤ちゃんのむし歯予防につながる」というのはもはや常識。当たり前のようになっておりますが、これに対し昨年、日本口腔衛生学会(歯科予防学会)が「食器の共有をしないこととむし歯を予防できる」ということの科学的根拠はない」と意見書を出しています。

その中で、親からのむし歯菌感染は離乳食前からおこっていること、むし歯の原因菌はミュータンス菌だけではないこと、食器の共有に気をつけていても3歳児においてむし歯発生に差はなかったこと

「お箸やスプーンの共有はしない」といったことにあまり神経質になる必要はないと思われまます。

時代の流れと共に世間の常識もだんだん変わっていきま

(海部歯科医師会)

