


**乳幼児健診** 所・問 保健センター ☎82-8211


3・4か月児健診	こんにちは赤ちゃん訪問時に案内済み。 4か月に入っても通知がない人、市外から転居してきた人はご連絡ください。
1歳6か月児健診	対象児に個別通知済み。1歳7か月に入っても通知がない人はご連絡ください。
3歳児健診	対象児に個別通知済み。3歳1か月に入っても通知がない人はご連絡ください。

**子育て掲示板**

**● 児童センター ●**  
18歳未満の子どもは誰でも遊ぶことができます♪




**● 子育て支援センター ●**  
いろいろな育児講座を実施しています♪



**母子相談など** 所・問 保健センター ☎82-8211 ※電話相談は随時受け付けています。

相談など	時・持	対・定・その他
育児相談 [要申込]	時 10月2日(月) [幼児受付]午前10時から [乳児受付]午後1時から 持 母子健康手帳、バスタオル	※個別で対応します。参加希望者は事前に申込みが必要です。 ※右のQRコードからお申込みください。
来所型 離乳食講習 [要申込]	時 前期 10月26日(木) いずれも午後1時~2時30分 持 母子健康手帳、バスタオル	対 前期 生後4か月~7か月の乳児の保護者 定 25組(先着順) ※右のQRコードからお申込みください。
マタニティ クラス (母子手帳 交付)	時 毎週火・木曜日(祝休日を除く) [受付]午前9時30分~10時 ※指定日時に来所できない場合はご連絡ください。 持 妊娠届出書、通知カードまたはマイナンバーカード(個人番号カード)、本人確認ができるもの、妊婦本人名義の振込先金融機関口座がわかるもの(キャッシュカード、通帳など)	交付時に妊娠届アンケートによる健康相談を全ての人に実施します。にじいろニコニコ出産応援金についてご案内します。時間にゆとりをもってお越しください。 (初妊婦は説明に1時間程度かかります。)
おっぱい 相談 [要申込]	時 月~金曜日 時間は要相談(祝休日を除く) 持 母子健康手帳、バスタオル、授乳に必要なもの	対 おおむね6か月までの乳児の母親 ※お子さんと一緒に来所してください。 ※医療行為はできません。医療機関受診をすすめる場合があります。



**★かっきーの健康づくり  
応援コーナー★**

**シリーズ100.**




**10月はがん受診率50%達成に向けた  
集中キャンペーン期間です。**

問 保健センター(☎82-8211)

みなさん今年度のがん検診を受診しましたか？日本人の2人に1人がかかる「がん」。知立市でも死亡原因の1位となっています。がんで命を落とさないための最大のポイントは、早期発見・早期治療です。がんは早期に発見すると、治療が可能な場合が多くあります。この機会に市のがん検診を受けてみませんか？

**日本人のためのがん予防法**

- 禁煙する  
たばこを吸っている人は禁煙し、吸わない人はたばこの煙をなるべく避けて生活しましょう。
- 節酒する
- 食生活を見直す  
塩分を抑えて、野菜や果物をとりましょう。熱い飲み物や食べ物は少し冷ましてからとりましょう。
- 身体を動かす  
現在の活動量を少しでも増やすようにしましょう。また運動習慣を持つようにしましょう。
- 適正体重を維持する  
太りすぎ、やせすぎに注意し、BMI値(肥満度)が男性は21~27、女性は21~25の範囲になるように体重を管理しましょう。BMI値=(体重kg)/(身長m)<sup>2</sup>
- 感染症の検査を受ける  
肝炎ウイルスやピロリ菌の検査を受けましょう。子宮頸がんの検診を定期的に受け、該当する年齢の人は子宮頸がんワクチンの定期接種を受けましょう。

市ホームページ▶

がん情報サービス(国立がん研究センター)「科学的根拠に基づくがん予防」より



## 成人健(検)診

### 集団検診(10~11月)

【費用免除制度について】年度末年齢70歳以上の人(保険証提示)、障害者医療費受給者その同程度の障がいをもつ人(受給者証提示)、市民税非課税世帯および生活保護による被保護世帯に属する人(保健センターへ事前申請)は費用免除になります。

【場所】保:保健センター パ:パティオ池鯉鮒 【時間】○午前

検査方法	対象	受診料	10/6(金)	10/23(月)	11/8(水)
			保	保	パ
胃がん検診	40歳以上	500円	○	○	○
大腸がん検診	40歳以上	300円	○	○	○
肺がん・結核検診	①胸部X線撮影	15歳以上	無料	○	○
	②喀痰細胞診検査	①の受診者のうち40歳以上希望者	300円	○	○
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	500円	○	○	○
乳がん検診	40歳以上の女性	1,100円	○	○	○
前立腺がん検診	50歳以上の男性	400円	○	—	○
肝炎ウイルス検診	40歳以上で過去に受けたことのない人	無料	○	—	○
骨粗しょう症検診	20歳以上	300円	○	○	○

検診の詳細は広報ちりゅう4月号の折込みチラシまたは市ホームページをご覧ください。



▲市ホームページ

### 個別検診

#### ○指定医療機関


指定医療機関で胃がん、大腸がん、肺がん・結核、乳がん、子宮頸がん検診の受診ができます。申込みおよび健(検)診日のお問合せは、医療機関へ直接ご連絡ください。指定医療機関は市ホームページから確認できます。

※車いす等を使用しており、受診の際スタッフの介助が必要な人は、事前に保健センターへご相談ください。

#### ○健診センター

刈谷医師会健診センターで市民ドック、乳がん、子宮頸がん検診の受診ができます。

### 申込み方法

集団検診	半田市医師会健康管理センター「がん検診予約係」 ☎0569-27-7890 (受付時間: 月~金 午前9時~午後5時、土 午前9時~正午)	健診センター インターネット予約 
個別検診	指定医療機関 希望する指定医療機関へ直接ご連絡ください。 健診センター 刈谷医師会健診センター 電話予約または右のQRコードよりインターネット予約ができます。 ☎0566-91-3010 (受付時間: 月~金 午前9時~午後4時、土 午前9時~午後3時)	

## イベント・検査

内容	問 保健センター (☎82-8211)
健康ボランティアウォーキング	10月 3日(火) 五古城(来迎寺古城)とプチ歴史散歩みち歩き(4.9km) ※電車がが必要です。 10月18日(水) 知立公園と逢妻川健康のみち歩き(3.1km) いずれも午前9時20分保健センター集合
内容	問 衣浦東部保健所 (☎21-4778)
夜間HIV・梅毒検査	10月2日(月)、16日(月) 午後6時~7時 ☎21-4797 ※匿名検査
HIV・梅毒・肝炎検査	火曜日(31日を除く) 午前9時~11時 ☎21-4797 ※HIV・梅毒は匿名検査可、証明書は有料。肝炎は記名検査、証明書発行不可
骨髄バンクドナー登録(要予約)	火曜日(31日を除く) 午前9時~11時 ☎21-4797 ※詳細は電話でお問合せください。
アルコール専門相談(要予約)	10月5日(木) 午後2時~4時 ☎21-9337 ※詳細は電話でお問合せください。
検便・水質・食品検査(有料)	☎21-9353 ※詳細は電話でお問合せください。

## マタニティマークを見かけたら ~小さな命をサポートします~

妊娠中、特に初期は、赤ちゃんの成長はもちろん、お母さんの健康を維持するためにとても大切な時期です。しかし、外見からは妊婦であるかどうか判断しにくく、つわりなどつらい症状がある時もあります。このマークを付けている人を見かけたら、皆さんからの思いやりある気遣いをお願いします。保健センターでは、マタニティキーホルダーとシールを母子手帳交付時に配布しています。

問 保健センター (☎82-8211)

