

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 7月1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6月28日(金)午後4時まで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。
離乳食講習 [要申込]	時 前期 7月16日(火) 後期 7月25日(木) 持 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か月頃の乳児の保護者 後期 生後8か月以降の乳児の保護者 定 25組(先着順) ※前期は7月12日(金)、後期は7月23日(火)の午後4時までに、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(電子通帳、ネット銀行の場合は口座名義・口座番号が確認できる画面)	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。

★かっさーの健康づくり
応援コーナー★

シリーズ108.

知っていますか？熱中症

問 保健センター(☎82-8211)



【熱中症ってなに？】…熱中症は、気温が高いことなどで、身体の中の水分や塩分(ナトリウムなど)のバランスが崩れたり、体の調整機能が正常に働かなくなることによって引き起こされます。人の身体は、常に熱を作り出す一方、汗をかいたり、皮膚から熱を逃がすことで、体温の上昇を抑えています。

このような体温の調節機能がうまく働かず、体内に熱がこもり、体温が異常に上昇することで熱中症は起こります。熱中症は暑いときだけでなく、湿度が高いとき、日差しが強いとき、風が弱いときなども起こります。

【どんな症状？】…自覚症状としては、ズキンズキンとする頭痛やめまい、吐き気、立ちくらみ、倦怠感などがあげられます。また、暑い場所にいるにもかかわらず全く汗をかかなくなったり、皮膚が乾燥したり、触るととても熱をもっていたりしたら危険信号です。もうろうとして、呼びかけに反応がなかったり、応答が異常であるといった意識の障がいがあることもあります。

【熱中症が疑われた時はどうすればいい？】

- 涼しい場所へ避難…風通しのよい日陰や、できればクーラーが効いている室内などに避難しましょう。
- 服を脱がせて、とにかく冷やす…衣服を脱がせて、体から熱が逃げるのを助けます。露出させた皮膚に水をかけ、うちわや扇風機などであおぐことで体を冷やします。氷のうなどがあれば、それを首すじ、脇の下、大腿の付け根、股関節あたりに当てることも有効です。(これらは、皮膚のすぐ下を太い血管が走っているところで、流れている血液を冷やす効果があります。)
- 水分・塩分の補給…冷たい飲み物は胃の表面で熱を奪います。汗を大量にかいた場合には、汗で失われた塩分も適切に補えるスポーツドリンクや経口補水液などが最適です。食塩水(1リットルに1～2gの食塩)も有効です。受け答えがはっきりしていて、意識がはっきりしているなら、水を飲ませることは可能です。しかし、「呼び掛けや刺激に対する反応がおかしい」、「応えない」(意識障がいがある)時には、誤って水分が気道に流れ込む可能性があります。また「吐き気を訴える」ないし「吐く」という症状は、すでに胃腸の動きが鈍っている証拠です。これらの場合には、水を飲ませないでください。
- 医療機関へ運ぶ…意識がないなど、自力で水分の摂取ができないときは、緊急で医療機関に搬送することが最優先の対処方法です。





成人健(検)診

集団検診(7～8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 健:刈谷医師会健診センター パ:パティオ池鯉鮒 【時間】〇午前

検査方法	対象	受診料	7/5(金)	7/24(水)	8/9(金)*
			パ	保	健
18～39歳健診※国保加入者は無料	18～39歳	700円	—	○	—
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	○	○	○
	②喀痰細胞診検査	①の受診者のうち40歳以上希望者			
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	○	○	○
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

※8/9はレディース検診デー(女性のみ受診可)

個別検診

〇指定医療機関

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。

指定医療機関は市ホームページをご覧ください。

※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。

〇健診センター

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	指定医療機関	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～金曜日 午前9時～午後5時、土曜日 午前9時～正午)
	健診センター	刈谷医師会健診センター インターネット予約、電話予約ができます。 ☎0566-91-3010 (受付時間: 月～金曜日 午前9時～午後4時、土曜日 午前9時～午後2時30分)
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
インターネット予約



イベント・検査

内 容	問 衣浦東部保健所 (☎21-4778)
夜間HIV・梅毒検査	7月1日(月) 午後6時～7時 ☎21-4797 ※匿名検査
HIV・梅毒・肝炎検査	火曜日 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 午前9時～11時 ☎21-4797 ※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。

世界肝炎デーおよび肝臓週間について

問 保健センター (☎82-8211)

7月28日は「世界肝炎デー」、7月22日～28日は「肝臓週間」です。

肝臓は「沈黙の臓器」と言われています。そのため、ウイルスに感染しても、症状が軽かったり、無症状な場合も多く、感染していることに気付かない人がほとんどです。

肝炎ウイルスに感染したまま放置しておくと、慢性肝炎から肝硬変、肝がんへと進行することがあり、早期発見がとても重要です。

市では肝炎ウイルスの無料検査を実施していますので、この機会に検診を受けましょう。検査についての詳細は市ホームページをご覧ください。



▲市ホームページ

第1回精神保健福祉家族教室

時 7月25日(木) 午後1時30分～3時30分

所 衣浦東部保健所3階大会議室
(刈谷市大手町一丁目12番地)

内 講話「精神疾患がある方への在宅支援と当事者の話」

講 成精会訪問看護ステーションH.E.J.刈谷
看護師と当事者

対 精神障がい者の家族

定 20人(先着順)

申 7月5日(金)から開催日の1週間前までに電話で申込み

問 衣浦東部保健所健康支援課
(☎21-9397)

