

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2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 12月9日(月) [幼児]午前10時から [乳児]午後1時から 持 母子健康手帳、バスタオル	※個別相談です。参加希望者は12月6日(金) 午後4時まで に右のQRコードまたは市ホームページからお申込みください。
離乳食講習 [要申込]	時 前期 12月18日(水) 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 定 25組(先着順) ※前期は12月16日(月) 午後4時まで に右のQRコードまたは市ホームページ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113.

地元の食材！

旬の食材！

作ってみよう！学校給食！

問 保健センター(☎82-8211)



地域で生産されたものを地域で消費する「地産地消」は、輸送エネルギーを減らすという環境面ばかりではなく、その土地の気候や風土に合った農産物は、農薬をたくさん使わなくても自然のエネルギーで豊かに実るので、安全で栄養価が高く、新鮮です。「切り干し大根」は昔は作物があまりとれない冬の時期に保存食として利用され、今でも知立市で多く生産されています。

シャキシャキそぼろ丼



材料(4人分)

ぶたひき肉	250g	★しょうゆ	大さじ3
切り干しだいこん	50g	★砂糖	大さじ3
たまねぎ	200g(1個)	★酒	大さじ1
さやいんげん	40g(6本)	★みりん	大さじ1
サラダ油	大さじ1/2	★一味唐辛子	少々
ごはん	4人分	★水	100cc
		☆かたくり粉	小さじ2
		☆水	大さじ2

作り方

- ① 切り干しだいこんは水で戻し、2cmに切る。
たまねぎは薄切り、さやいんげんは小口切りにする。
- ② サラダ油を熱し、ぶたひき肉をいためる。
- ③ たまねぎ、切り干しだいこんを加えていためる。
- ④ ★、さやいんげんを加えて煮る。
- ⑤ ☆を混ぜて、水溶きかたくり粉を用意しておく。
- ⑥ ⑤の水溶きかたくり粉でとろみをつける。
- ⑦ ごはんのにせたら、出来上がり。

「学校給食レシピ集」
は市ホームページで
ご覧いただけます。



知立市学校給食レシピ集

Q 検索





成人健(検)診

集団検診(12月～1月)

【場所】健:刈谷医師会健診センター 【時間】〇午前

検査方法	対象	受診料	12/16(月)	令和7年 1/16(木)
			健	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	○	○
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(2月まで)

〇指定医療機関

指定医療機関で乳がん、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。

検査方法	対象者	受診料	実施医療機関
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	1,200円	セントファミリアクリニック(☎81-0070) 受付：平日午前中(水曜日休診)
乳がん検診	30～39歳の女性:超音波検査	1,200円	三河乳がんクリニック (☎77-5211 予約受付:平日午前10時～午後4時)
	40歳以上の女性:マンモグラフィー		

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	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 
	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)	

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	12月 3日(火) 福祉体育館・知立公園と逢妻川健康のみち歩き (5.0km)、 18日(水) 知立三弘法めぐり (法蔵寺・了運寺・慈眼寺) (4.2km) 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	12月2日(月) 午後6時～7時 ☎21-4797 ※匿名検査
HIV・梅毒・肝炎検査	12月3日(火)、12月10日(火) 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)	12月3日(火)、12月10日(火) 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。

無料クーポン券で子宮頸がん、乳がん検診を受けましょう 問 保健センター (☎82-8211)

5月下旬に一定の条件と年齢の人に送付した「がん検診無料クーポン券」を利用されましたか。無料で受けられるのは生涯で一度のみです。この機会を逃さず検診を受けましょう。

知立市のがん検診は、医療機関で行う個別検診と各施設で行う集団検診があります。検診の詳細についてはホームページをご覧ください。2月は実施医療機関等が大変混みあいますので、お早めにご予約ください。

▼無料クーポン券対象者

【子宮頸がん検診】平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれの人

【乳がん検診】昭和58年4月2日～昭和59年4月1日生まれの人

※紛失された人や対象年齢の人で、令和6年4月20日以降に知立市に転入してきた人は保健センターにお問合せください。

