

乳幼児健診 所・園 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・園・甲 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・園 | 所・園・その他 |
|-------------------------|---|--|
| 育児相談 [要申込み] | 時 11月8日(月) [幼児受付] 午前10時から [乳児受付] 午後1時から 所 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。 |
| 離乳食講習 (後期) [要申込み] | 時 11月11日(木) [受付] 午後0時45分～1時 所 母子健康手帳、バスタオル | 所 乳児の保護者 定 15組(先着順) |
| 昭和児童センター 巡回育児相談 | 時 11月26日(金) [受付] 午前10時30分～11時30分 所 母子健康手帳、バスタオル 所 昭和児童センター | 所 乳幼児の親子 身体測定や育児相談、親子遊びなどを行います。 ※駐車場の数に限りがありますので、徒歩や自転車でお越しください。 |
| 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。 所 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 | 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。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 [要申込み] | 時 毎週月～金曜日 時間は要相談(祝休日を除く) 所 母子健康手帳、バスタオル、授乳に必要なもの | 所 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。 |
| 歯☆ぴか健診 [要申込み] | 時 12月6日(月) [受付] 午後1時～1時40分 所 母子健康手帳、歯ブラシ、バスタオル | 所 2歳児 料 300円 定 50組 甲 11月8日(月)～19日(金) |

★かっきーの健康づくり 応援コーナー★

シリーズ77. 保健センター(☎82-8211)

糖尿病を予防しましょう
11月8日～14日は「全国糖尿病週間」です

2016年に実施された糖尿病実態調査によると、日本には約1000万人の「糖尿病が強く疑われる人」が存在します。さらに、「糖尿病の可能性を否定できない人」も約1000万人おり、合計で総人口の15%を超える約2000万人の糖尿病患者および予備群がいると推定されています。食べすぎや偏った食事、運動不足などで血糖値が慢性的に高い状態になると糖尿病となってしまいます。長い間放置していると、からだの中の細い血管に障がいが起こり、失明や、腎臓病、神経障がいなどを引き起こします。

糖尿病はかなり進行してからでないと自覚症状が現れません。早期に気づき、血糖コントロールに取り組むことで、合併症に歯止めをかけられます。早期発見のためには検査を受けて自分の体の状態を知ることが大切です。また、糖尿病は肥満と深い関わりがあるため、自分自身の生活習慣を見直してみましょう。

市では、特定保健指導、からだ改善1日健康講座などを実施していますので、ご自身の健康維持、生活改善のためにぜひご利用ください。

「第2次健康知立ともだち21計画」(2015～2024)では、糖尿病有病率をR6年度までに8.8%を目指していますが左図のH31年度の数値からわかるとおり増加しています。

糖尿病有病率の減少

| | |
|------------|-------|
| H25年度 計画時 | 11.3% |
| H31年度 | 12.5% |
| R6年度 計画目標値 | 8.8% |

増加



成人健(検)診

【費用免除制度について】今年度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。

集団健(検)診(11~12月)

▶申込み 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)

【場所】保:保健センター パ:パティオ池鯉鮒 健:刈谷医師会健診センター 【時間】○午前
※12月20日(月)はレディース健(検)診デーです。(女性のみ受診可)

| 検査方法 | 対象 | 受診料 | 11/10(水) | 11/30(火) | 12/20(月) |
|--------------------------|----------|------------------|----------|----------|----------|
| | | | 保 | パ | 健 |
| 18~39歳健診 ※知立市国保加入者は無料 | 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 | 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 | ○ | ○ | ○ |
| 骨粗しょう症検診 | 20歳以上 | 300円 | ○ | ○ | ○ |

健(検)診の詳細は今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。(下記QRコードからもご覧いただけます。)



個別検診

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。
指定医療機関での胃がん、大腸がん、肺がん・結核検診は終了しました。

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 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。
☎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3時)

健診センター
インターネット予約
QRコード↓



イベント・検査

| 内容 | 時 | 所・問 保健センター (☎82-8211) |
|------------------------------------|---|--|
| 健康ボランティアウォーキング | 11月17日(水) [集合] 午前9時20分 保健センター | 五古城(八橋古城)とかきつばたみち歩き(5.1km) ※電車賃が必要です。 |
| 内容 | 時 | 所・問 衣浦東部保健所 (☎21-4778) |
| エイズ・肝炎・梅毒検査 骨髄バンクドナー登録 (要予約) | 第1・2火曜日 午前9時~11時 【夜間検査(エイズ・梅毒)】 第3月曜日 午後6時~7時 | ☎21-4797 ※エイズ：匿名・即日検査可。 ※肝炎・夜間検査の結果は1週間後 |
| 検便・井戸水検査等(有料) | 試験検査課へお問合せください。 | ☎21-9353 |

11月10日~16日は「アルコール関連問題啓発週間」です

お酒の飲み過ぎは、自身の健康をはじめ、飲酒運転、暴力、虐待、自殺など、家族や社会へ計り知れない悪影響を及ぼします。アルコール依存症は誰でもなる可能性のある病気です。毎日毎日量も考えずに飲んでいると、知らず知らずのうちに依存症になってしまいます。

このような問題が起きないように、お酒について正しい知識を身に付け、上手に付き合っていきましょう。

アルコールの問題でお困りの人やその家族・パートナーの人は、1人で悩まずにまずはお気軽にご相談ください。

○アルコールに関する相談窓口(一部) ※詳細は保健センターへお問合せください。

| 相談事業 | 内容 | 相談先 |
|-----------|--|--|
| こころの健康相談 | 医師による相談(月1回・事前申込) その他保健師による相談 | 保健センター(☎82-8211) |
| こころの健康相談 | 平日午前9時~正午、午後1時~4時30分 電話や面接(事前申込)による相談 | 衣浦東部保健所 健康支援課 こころの健康推進グループ (☎21-9337) |
| アルコール専門相談 | 平日午前9時~正午、午後1時~4時30分 電話や面接(事前申込)による相談 | 愛知県精神保健福祉センター (☎052-951-5015) |

問 保健センター(☎82-8211)

