





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・申 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 6月5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。右記QRコードからお申込みください。 
離乳食講習 (前期) [要申込]	時 6月29日(木) [受付]午後0時45分から1時 持 母子健康手帳、バスタオル	対 生後4か月～7か月頃の乳児の保護者 定 25組(先着順) ※右記QRコードからお申込みください。 ▲母子保健事業申込
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	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。にじいる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 毎週月～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。
フッ化物 無料塗布の ご案内	時 6月11日(日) 午前9時30分～11時30分 内 歯科検診、歯科相談、フッ化物塗布 料 無料 持 母子健康手帳、バスタオル、歯ブラシ	対 0～3歳児 定 240人 ※右記QRコードからお申込みください。 申込みフォーム▶ 

★かっきの健康づくり 応援コーナー★

シリーズ96.

問 保健センター(☎82-8211)

6月は「食育月間」 毎月19日は「食育の日」です!

国では、6月を「食育月間」、毎月19日を「食育の日」と定め「食育」を推進しています。知立市でも近年、ライフスタイルの変化に伴い、“就寝時間の遅れ”や“栄養の偏り”“よく噛まない”など食生活や食習慣の乱れにより、「朝食を欠食する人の増加」や「肥満者の割合の増加」などの問題が生じています。この機会に普段の食生活を見直してみませんか?

作ってみよう!学校給食!

子どもたちに人気の【学校給食】の献立を紹介します。名前だけではどんな料理かわかりませんが、アメリカの家庭料理です。作り置きをして、朝ごはんバランスアップ♪ごはんやじゃがいも、チーズとも相性がいいのでドリアやグラタンにしてもおいしいです。

スラッピージョー



材料(4人分)

ぶたひき肉	100g	★ねりがらし	チューブ1cm
たまねぎ	150g(2/3個)	★こしょう	少々
★トマトケチャップ	大さじ4	パン粉	大さじ3
★ウスターソース	大さじ2		
★砂糖	小さじ1	パン	4個

作り方

- ① たまねぎをみじん切りにする。
- ② ぶたひき肉とたまねぎをいためる。
- ③ ★を加えて、弱火で約3分間いためる。
- ④ パン粉を加えて、ソースになじませる。
- ⑤ パンに切り込みを入れる。
- ⑥ パンに④をはさんだら、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

検索

▲市ホームページ





成人健(検)診

【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。

集団健(検)診(6~7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

検査方法	対象	受診料	6/2(金)	6/26(月)	7/12(水)	7/28(金)
			保	健	パ	保
18~39歳健診 ※知立市国保険加入者は無料	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 ②喀痰細胞診検査	15歳以上	無料	○	○	○
		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。(下記QRコードからもご覧いただけます。)



個別検診

6月から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)診日については、医療機関へ直接ご連絡ください。車いす等を使用しており、受診の際に、スタッフの介護が必要な人は、事前に保健センターへご相談ください。詳細は7ページをご覧ください。

健診センター

6月から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



イベント・検査・相談

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	6月 6日(火) 知立花しょうぶと逢妻川健康のみち歩き(4.8km) 6月21日(水) 明治用水緑道(西井筋)と宿場散歩みち歩き(4.3km) 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)
エイズ・肝炎・梅毒検査・骨髄バンクドナー登録(要予約)	☎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)	6月1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。

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)

市では、一定年齢の人を対象に、子宮頸がん検診、乳がん検診の「がん検診無料クーポン券」とがんについてわかりやすく解説した「がん検診手帳」を送付しますので、健康管理にお役立てください。

子宮頸がんは、20歳代から30歳代までの若年層で増加傾向にあります。また、乳がんは、40歳代後半に多く発症しています。

子宮頸がん、乳がんは早期発見、早期治療で9割以上が治癒すると言われています。がんの早期発見、早期治療を行い、今後も健康に過ごせるように検診を受診しましょう。

▼がん検診無料クーポン券対象者

- 令和5年4月20日現在、知立市に住民登録がある次の年齢の人
- ・子宮頸がん検診・・・20歳の女性(平成14年4月2日~平成15年4月1日生まれ)
- ・乳がん検診・・・40歳の女性(昭和57年4月2日~昭和58年4月1日生まれ)

※対象者には5月下旬にがん検診無料クーポン券を送付します。

※令和5年4月21日以降に他市から転入した人は今回送付されません。対象の人は、保健センターまでお問い合わせ下さい。



6月1日(木)~7日(水)はHIV(エイズ)検査週間です

HIV検査週間にあわせて無料・匿名の即日検査を実施します。感染の不安のある方は、この機会に検査を受けましょう。

時 6月3日(土) 午前9時~11時 所 問 衣浦東部保健所(刈谷市大手町一丁目12番地) (☎21-4797)

