

# 健康ひろば



食生活改善推進員の活動の様子



## 目次

市民のみなさんの健康に役立つ記事が掲載されています。

|                             |       |
|-----------------------------|-------|
| 医療機関で受ける乳がん検診のお知らせ          | 2     |
| 子宮頸がん・ヒブ・小児用肺炎球菌予防接種のお知らせ   | 3     |
| 高齢者インフルエンザ・高齢者肺炎球菌予防接種費用を助成 | 4     |
| 予防接種協力医療機関一覧表               | 5     |
| こころの健康のために／結核は過去の病気ではありません  | 6     |
| 健康づくりウォーキング大会開催／不妊治療費の一部を補助 | 7     |
| 食生活改善推進員養成講座のご案内            | 8     |
| 平成25年度一宮市健康づくりスタンプラリー       | 9～10  |
| 健康日本21いちのみや計画推進講座           | 11    |
| お知らせ                        | 12～15 |
| 国民健康保険加入の方の特定保健指導           | 16    |



一宮市マスコットキャラクター「いちみん」

# 医療機関で受ける乳がん検診のお知らせ

医療機関による乳がん検診を下記のとおり実施しています。ご希望の方は直接下記の協力医療機関へお申し込みください。なお、この検診は乳房専用X線撮影装置（マンモグラフィ）を用いた検診で、多少の痛みを伴うことがあります。

- 対象者** 一宮市民で、平成25年度に**40歳以上になる女性**（昭和49年3月31日以前に生まれた方）  
（ただし、平成24年度に一宮市の乳がん検診を受けた方は受診できません。）
- 実施期間** 5月1日（水）～10月31日（木）診療時間内
- 一部負担金** **500円**（一部負担金免除制度あり。下表参照。）
- 持ち物** 健康保険証など（年齢・住所が確認できるもの）
- 内容** 問診・視診・触診・マンモグラフィ検査
- 注意事項** 乳房専用X線撮影装置（マンモグラフィ）を使用しますので、次の方は受診できません。  
・妊娠中または妊娠の可能性のある方 ・授乳中の方 ・断乳後6か月以内の方  
・豊胸手術を受けている方 ・ペースメーカーを装着されている方
- お知らせ** 専門家の見解として、毎年検診した場合と、2年に1回検診した場合と比べ、医学的なメリットは変わらないとされていますので、平成24年度より**2年に1回の検診**としています。

※予約が必要です。医療機関へ事前にお申し込みください。  
**【協力医療機関】 10月は医療機関が大変混雑しますので、早めに受診しましょう。**

| 連 区  | 医療機関名         | 電話番号                                | 実施曜日        | 検診時間  |
|------|---------------|-------------------------------------|-------------|---|
| 神 山  | 山下病院健診センター    | 46-1520                             | 月・火・水・木・金・土 | 7:30～12:00                                    |
| 富 士  | 大雄会第一病院健診センター | 26-2008                             | 月・木・金       | 13:30～15:30                                   |
| 葉 栗  | とみつかクリニック     | 53-3130                             | 月・土         | 9:00～12:00                                    |
| 浅井町  | 尾洲病院          | 51-5522                             | 月・火・水・木・金・土 | 9:00～18:00<br>ただし、土曜日は12:00まで                 |
| 大和町  | やまだクリニック      | 44-3711<br><small>乳がん検診予約専用</small> | 月・火・水・木・金・土 | 9:00～12:00、16:00～19:00<br>ただし、木・土曜日は12:00まで   |
| 千秋町  | 千秋病院          | 77-0012                             | 月・水・木・金・土   | 10:00～11:30                                   |
| 小信中島 | 泰玄会病院         | 61-2121                             | 水・木         | 水曜日 13:30～16:30<br>木曜日 9:00～11:30、14:00～16:15 |
| 大 徳  | 尾西記念病院        | 62-2221                             | 月・火         | 14:00～16:00                                   |
| 開 明  | 一宮西病院健診センター   | 48-0088                             | 月・火・水・木・金   | 9:00～12:00<br>(13:30～15:30は必要に応じて)            |
| 木曾川町 | 国井病院          | 87-5505                             | 月・火・水・木・金・土 | 9:00～12:00                                    |

## 【検診車による乳がん検診のお知らせ】

検診車による乳がん検診は、今年度は健康ひろば6月・7月号（5月1日発行）で募集し、受付はすでに終了しています。

### ★★★一部負担金の免除について★★★

|  |                                    |
|--|------------------------------------|
| 75歳以上の方、または65歳以上で一定の障害があり、後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方 | 医療機関の窓口で後期高齢者医療被保険者証をご提示ください。      |
| 生活保護世帯の方<br>市民税非課税世帯の方（世帯全員の方が非課税です）         | 手続きが必要ですので受診する前に保健センターにお問い合わせください。 |

## 子宮頸がん予防接種に関する積極的な勧奨の差し控え

子宮頸がん予防接種後に、慢性の痛みを伴う事例や関節痛が現れる事例などの報告があることから、厚生労働省は、平成25年6月14日、同副反応の発生頻度等がより明らかになり、国民に適切な情報提供ができるまでの間、「積極的な接種の勧奨を差し控える」との決定をしました。

これは、定期接種は中止しないものの、積極的には接種を勧めないというものです。

今後接種を希望される方は、接種することで得られるメリットとリスクを十分に理解したうえで、接種を受けていただくようお願いします。

## ヒブ、小児用肺炎球菌予防接種を受けていますか？

### 特に3歳、4歳のお子さんの保護者の方！ご存知ですか？

平成25年4月から、ヒブ、小児用肺炎球菌予防接種は定期接種となり、接種費用が無料になりました。

予診票は予防接種協力医療機関においてあります。なお、平成25年6月1日以降にお生まれのお子さんには、1回目の予診票は出生届時にお渡しし、残りの予診票は生後2か月頃、4か月児健康診査案内通知時に送付しています。

### ●ヒブ(インフルエンザ菌b型) 予防接種

|      |   |       |                    |
|------|---|-------|--------------------|
| 対象者  | 生後2か月以上5歳の誕生日の前日まで  | 実施場所  | 予防接種協力医療機関(5ページ参照) |
| 接種回数 | 初回(3回) 追加(1回)   | 一部負担金 | 無料                 |
| 接種間隔 | <p>&lt;標準的な接種間隔&gt; 初回は、4週間(医師が必要と認めた場合は3週間)～8週間の間隔で3回接種。<br/>追加は、初回(3回)を終了後、7か月から13か月の間隔をおいて1回接種。</p> <p>※ 初回接種の月齢により接種回数、接種間隔が異なります。<br/>※ 初回接種が1歳以上の場合、接種は1回で終了です。<br/>※ 初回接種間隔の8週間や追加接種間隔の13か月を超えて接種した場合(体調不良以外の理由の場合)は、定期接種と認められなくなる(実費となる)ことがありますので、決められた接種間隔を守りましょう。</p> |       |                    |

### ●小児用肺炎球菌予防接種

|      |   |       |                    |
|------|---|-------|--------------------|
| 対象者  | 生後2か月以上5歳の誕生日の前日まで  | 実施場所  | 予防接種協力医療機関(5ページ参照) |
| 接種回数 | 初回(3回) 追加(1回)   | 一部負担金 | 無料                 |
| 接種間隔 | <p>&lt;標準的な接種間隔&gt; 初回は、27日以上の間隔で3回接種。<br/>追加は、初回(3回)を終了後、60日以上の間隔で1回接種。なお標準的には、生後12か月から15か月に至るまで。</p> <p>※ 初回接種の月齢により接種回数、接種間隔が異なります。<br/>※ 初回接種が2歳以上の場合、接種は1回で終了です。</p> |       |                    |

お問い合わせは

中保健センター ☎72-1121

西保健センター ☎63-4833

北保健センター ☎86-1611

# 高齢者インフルエンザ予防接種費用を助成

## 対象者

一宮市民で、接種時に次の条件を満たす方

①満65歳以上の方

②満60歳から64歳までの方で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害で、身体障害者手帳1級をお持ちの方、またはそれに相当する方

## 実施期間

平成25年11月1日(金)～平成26年1月31日(金)

## 実施場所

予防接種協力医療機関（5ページ参照）

（協力医療機関以外での接種は助成の対象になりません。）

## 接種回数

1回

## 一部負担金

1,000円

※生活保護世帯の方は、一部負担金が免除になります。事前に生活福祉課で無料の予防接種予診票をお受け取りください。

## 持ち物

健康保険証など（年齢、住所が確認できるもの）

# 高齢者用肺炎球菌予防接種費用を助成

高齢者の肺炎の原因菌で最も多いのが肺炎球菌です。肺炎球菌予防接種は、肺炎のすべてを予防するものではありませんが、接種することによって予防効果が期待されますので、できるだけ多くの高齢者の方に予防接種を受けていただけるよう、接種費用の一部助成を行っています。

なお、1回接種すると5年以上効果が持続します。再接種については以下のとおりです。

※過去5年以内に、肺炎球菌ワクチンを接種されたことのある方の場合、注射部位の疼痛、赤み、硬結等の副反応が初回接種より頻度が高く、程度も強く発現すると報告されています。本ワクチンの再接種を行う場合には、再接種の必要性を慎重に考慮したうえで、前回の接種から5年以上の間隔をあけて接種を受けてください。

## 対象者

一宮市民で、接種時に次の条件を満たす方

①満75歳以上の方

②満60歳から74歳までの方で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害で、身体障害者手帳1級をお持ちの方、またはそれに相当する方

## 実施期間

通年

## 実施場所

予防接種協力医療機関（5ページ参照）

（協力医療機関以外での接種は助成の対象になりません。）

## 接種回数

1回

## 一部負担金

4,000円

※生活保護世帯の方は、一部負担金が免除になります。事前に生活福祉課で生活保護証明書の発行を受けてお持ちください。

## 持ち物

健康保険証など（年齢、住所が確認できるもの）

上記の予防接種は、個人の判断による任意接種ですので、接種を受ける義務はなく、本人が希望する場合に限りです。予防接種の必要性や副反応について十分に理解したうえで接種を受けましょう！

## お問い合わせは

中保健センター ☎72-1121

西保健センター ☎63-4833

北保健センター ☎86-1611

# 予防接種協力医療機関一覧表

平成25年8月1日現在

| 連区 | 医療機関名               | 電話番号    | ヒブ | 肺炎球菌 | 小児用肺炎球菌 | 予備頭がん | インフルエンザ | 高齢者用肺炎球菌 |
|----|---------------------|---------|----|------|---------|-------|---------|----------|
| 宮西 | 足立産婦人科              | 24-0522 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 一宮市立市民病院            | 71-1911 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | おおみやこどもクリニック        | 24-2179 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 鎌田内科                | 72-0758 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 中村整形外科              | 71-2828 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 則武医院                | 26-3481 | —  | —    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 伴医院                 | 72-8548 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 伴野内科                | 71-5751 | —  | —    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 真清田クリニック            | 24-0311 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 森内科                 | 71-8054 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
| 貴船 | 米倉耳鼻咽喉科             | 72-1878 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 一宮整形外科              | 72-0030 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 木村クリニック             | 73-8818 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 塩津内科                | 23-2311 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 内科小児科耳鼻咽喉科田中医院      | 72-2719 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 中山医院                | 72-5676 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 宮地内科医院              | 73-3032 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 可世木レディスクリニック        | 47-7333 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 加藤クリニック             | 44-6688 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 木村医院                | 45-7528 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
| 神山 | こだま内科クリニック          | 71-1270 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 杉山脳神経外科             | 45-1250 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 瀧消化器内科クリニック         | 47-7023 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 内科のがき               | 45-8811 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 本田耳鼻咽喉科医院           | 46-1595 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 山下病院                | 45-4511 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 吉田内科医院              | 45-3404 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 渡辺外科                | 45-3400 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | いしづろ内科              | 71-2525 | ●  | ●    | —       | ●     | ●       | ●        |
|    | 龍飼医院                | 73-8337 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
| 大志 | 勝見耳鼻咽喉科医院           | 72-4807 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 桜井クリニック             | 73-3790 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | しみず内科クリニック          | 72-3348 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 大雄会クリニック            | 72-1211 | ●  | ●    | —       | ●     | ●       | ●        |
|    | 田中クリニック             | 72-2686 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 二丁目診療所              | 48-5611 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 野村医院                | 72-2464 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 原内科                 | 24-3503 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 日野医院                | 72-4141 | ●  | ●    | —       | ●     | ●       | ●        |
|    | ひのクリニック             | 72-6363 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
| 向山 | 藤本耳鼻咽喉科医院           | 72-3450 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 丸井医院                | 73-2527 | ●  | ●    | —       | ●     | ●       | ●        |
|    | 岩田整形外科医院            | 73-3234 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 大島眼科クリニック           | 23-2525 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 加内内科クリニック           | 72-2425 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | きむら胃腸科外科内科          | 28-8880 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | はっとり皮膚科クリニック        | 71-4112 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 森源内科                | 72-2517 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | くどう耳鼻咽喉科            | 25-0910 | ●  | ●    | —       | ●     | ●       | ●        |
|    | 黒田皮膚科               | 71-5137 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
| 富士 | 大雄会第一病院             | 72-1211 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 平野内科                | 71-7733 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 平松小児科内科             | 71-3833 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 可世木耳鼻咽喉科            | 51-5466 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 小高医院                | 51-1888 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 杉田内科                | 24-1241 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 瀬川医院                | 51-3000 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | とみつかクリニック           | 53-3130 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 宮田クリニック             | 51-9393 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 湯川クリニック             | 51-9500 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
| 葉栗 | いぞむらファミリークリニック      | 72-7111 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 大山医院                | 73-3853 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | きし整形外科              | 51-7517 | ●  | ●    | —       | ●     | ●       | ●        |
|    | 岸内科                 | 77-3991 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | くまざわ医院              | 53-1860 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 孝友クリニック             | 75-5559 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 坂田内科                | 71-3488 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 耳鼻咽喉科照クリニック         | 85-7766 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | セベ心療クリニック           | 52-0858 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | つかはらレディースクリニック      | 81-8000 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
| 西成 | 西脇医院                | 77-4622 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | のたこどもクリニック          | 76-8686 | ●  | ●    | —       | ●     | ●       | ●        |
|    | はんじこどもクリニック         | 85-5131 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 肥田野内科               | 76-6561 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 松前内科医院              | 81-7001 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 水野医院                | 77-3227 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | YUKI皮膚科クリニック        | 51-1380 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | うした耳鼻咽喉科            | 25-8733 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 丹陽クリニック             | 75-3455 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 野村眼科                | 23-0013 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
| 沼田 | 野村内科                | 24-0350 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | みついきクリニック           | 76-2220 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | むらせクリニック            | 23-1818 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | あざい内科               | 51-0011 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 浅井森医院               | 78-0411 | ●  | ●    | —       | ●     | ●       | ●        |
|    | いとう整形外科             | 53-3787 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 稲垣医院                | 51-4321 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|    | 祖父江医院(しがファミリークリニック) | 78-6527 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | 尾洲病院(1歳以上のみ)        | 51-5522 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|    | みづほクリニック            | 53-3777 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |

| 連区   | 医療機関名            | 電話番号    | ヒブ | 肺炎球菌 | 小児用肺炎球菌 | 予備頭がん | インフルエンザ | 高齢者用肺炎球菌 |
|------|------------------|---------|----|------|---------|-------|---------|----------|
| 北方可  | 松岡医院             | 86-6862 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | いつきクリニック一宮       | 47-7005 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 岩田循環器クリニック       | 45-1202 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | かすがい内科           | 44-5311 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | きはしクリニック         | 46-1100 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 耳鼻咽喉科ひらざわクリニック   | 85-5800 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | しみずファミリークリニック    | 47-7200 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 杉本こどもクリニック(9月開院) | 43-1117 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 整形外科仲西医院         | 43-7811 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | つたハートクリニック       | 47-5600 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
| 大和町  | つつい内科クリニック       | 43-1711 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | てしがわらレディスクリニック   | 43-7788 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 平谷小児科            | 45-2588 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 福島医院             | 45-4754 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | ふしなみ整形外科         | 43-7777 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | やまだクリニック         | 44-0011 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 大和南診療所           | 44-2700 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 米本医院             | 45-4355 | ●  | ●    | —       | ●     | ●       | ●        |
|      | あざいクリニック(1歳以上のみ) | 43-1053 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 石黒クリニック          | 71-1496 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
| 今伊勢町 | いした内科クリニック       | 47-4111 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 高御堂内科            | 24-3030 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 宮本医院             | 73-6621 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | あさの内科クリニック       | 63-3700 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | いくた内科クリニック       | 64-1102 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 上林記念病院           | 61-0110 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 晴和医院             | 62-7712 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | はらた内科クリニック       | 62-4857 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | あさのこどもクリニック      | 67-1088 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 朝宮加藤医院           | 68-0005 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
| 奥町   | 今川内科             | 69-2092 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 加藤レディスクリニック      | 68-1011 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 後藤小児科医院          | 68-0047 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 酒井内科             | 69-7321 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 橋本内科クリニック        | 67-1515 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 森中央クリニック         | 68-5355 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 磯村医院             | 81-0680 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 小野木外科            | 77-5721 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 金子産婦人科           | 75-0770 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | きし耳鼻いんこう科        | 75-7776 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
| 萩原町  | クリニックちあき         | 81-1160 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | ささい小児科           | 76-5232 | ●  | ●    | —       | ●     | ●       | ●        |
|      | 千秋病院             | 77-0012 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 森医院              | 62-5929 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 横井クリニック          | 62-1806 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 安藤医院             | 61-3522 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | いとう内科循環器科        | 61-3001 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 入山医院             | 62-5410 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 寛医院              | 62-5800 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | こしの内科            | 62-1121 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
| 千秋町  | 泰玄会病院            | 61-2121 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 中島医院             | 62-1022 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | はしもと整形外科         | 61-0177 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 宇野医院             | 61-0023 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 鈴木クリニック          | 61-3611 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 中西クリニック          | 45-5735 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 野口内科             | 62-7888 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 野田泌尿器科クリニック      | 43-6100 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | ひさい眼科            | 63-3100 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 深見眼科             | 61-3134 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
| 起    | 太田内科クリニック        | 64-3223 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 田中内科クリニック        | 63-4700 | ●  | ●    | —       | ●     | ●       | ●        |
|      | 中島整形外科クリニック      | 62-4767 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 尾西記念病院           | 62-2221 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 兵庫こどもクリニック       | 64-1388 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | かわむら内科循環器科       | 69-8080 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | くまはら医院           | 69-1387 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 一宮西病院            | 48-0077 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 井上内科クリニック        | 64-0003 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 開明クリニック          | 47-4133 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
| 小信   | かまた整形外科          | 47-0137 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | かわい皮膚科クリニック      | 62-0070 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 後藤マタニティクリニック     | 62-7855 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | ひたの小児クリニック       | 61-5580 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 浅井耳鼻咽喉科医院        | 86-5300 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 一宮市立木曾川市民病院      | 86-2173 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | おしお内科            | 87-3663 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 神田後藤クリニック        | 84-2330 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 国井病院             | 87-5505 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | こざわクリニック         | 87-1119 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
| 中島   | 五藤医院             | 87-7800 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | さかたこどもクリニック      | 87-6822 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | ささの整形外科          | 84-3301 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 産婦人科はっとりクリニック    | 86-4364 | —  | —    | —       | —     | —       | —        |
|      | 墨医院              | 87-2510 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | とむら内科            | 86-3600 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | とまたクリニック         | 84-3777 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 皮膚科内科よこたクリニック    | 86-8100 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |
|      | 松原クリニック          | 84-1551 | ●  | ●    | ●       | ●     | ●       | ●        |

各予防接種は●印の医療機関で実施しています。連区に関係なくどの医療機関でも接種できます。予約が必要な医療機関もありますのであらかじめご確認ください。



# こころの健康のために

## 《自殺予防週間 9月10日～9月16日》

身体やこころの健康状態で下記のような不調があれば、周囲の人は焦らずに温かく見守り、ご本人の気持ちに耳を傾けてください。愛知県一宮保健所では、ご本人はもちろん、ご家族や関係者、お友達からの相談に応じています。

- 不眠が続く（2週間以上）
- 酒量が増す
- 自殺を口にする、自殺未遂をする
- 気分が沈む
- 孤立していると感じる
- 身体の不調が長引く
- 交通事故を繰り返すなど、自己破壊的行動

### 《うつ病家族教室の開催案内》

講義や実習を交えて、うつ病の方のご家族がうつ病について理解を深め、対応の仕方を学ぶ教室です。

| とき                    | ところ                    | テーマ                 | 講師                        |
|-----------------------|------------------------|---------------------|---------------------------|
| 9月12日(木)<br>午前10時～12時 | 愛知県<br>一宮保健所<br>4階大会議室 | 「家族が笑顔になる」          | 犬山病院看護師 永井 典子氏            |
| 9月20日(金)<br>午後1時～3時   |                        | 「家族も元気にならしましょう」(仮題) | 名古屋市立大学看護学部准教授<br>香月 富士日氏 |
| 10月1日(火)<br>午前10時～12時 |                        | 「うつ病の経過と治療について」(仮題) | 上林記念病院 精神科医師<br>村上 盛彦氏    |

**定員** 30名(先着順)

**費用** 無料

**相談・申し込み** 愛知県一宮保健所 健康支援課 こころの健康推進グループ ☎72-0321  
(午前9時～12時、午後1時～4時30分)(土・日・祝日を除く)



# 結核は過去の病気ではありません！

## 《結核予防週間 9月24日～9月30日》



☆結核は早期発見し、きちんと治療することでほとんど治ります☆

こんな症状が続くときは、早めに受診しましょう

- 2週間以上続く咳・痰
- 発熱
- 疲労感や倦怠感
- 食欲不振
- 胸痛
- 体重が減る
- 血痰

◇◆保健所では、結核についての相談に応じていますのでご利用ください◆◇

### 《呼吸器教室の開催案内》

愛知県一宮保健所では、肺結核後遺症をはじめとした呼吸器疾患により呼吸機能が低下している方とその家族を対象に、病状を理解し安定した生活が送れるよう呼吸器教室を開催します。

| とき                                     | ところ                    | 内容   |
|--|------------------------|--|
| 10月8日(火)<br>午後2時～4時<br>(受付:午後1時45分～2時) | 愛知県<br>一宮保健所<br>4階大会議室 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・医師講話「呼吸器の病気との付き合い方」</li> <li>・交流会</li> <li>・理学療法士による呼吸リハビリテーション</li> </ul> |

**定員** 20名(先着順)

**費用** 無料

**受付期間** 9月2日(月)～9月27日(金)

**申し込み** 愛知県一宮保健所 健康支援課 地域保健グループ ☎72-0321  
\*講師への質問があれば、申し込みの際に受け付けます。

# 平成25年度 第3回健康づくりウォーキング大会開催

～ 一宮市西部の富田・大徳地区を霜月に歩いて新発見! ～

**日 時** 11月10日(日)午前9時(雨天決行)

**コ ー ス** 約6.5km

**主 催** 一宮市健康づくりサポーター協議会

**問い合わせ** 則竹まで ☎62-7454 (平日9:00～17:00)

**集合場所** 尾西プール駐車場  
(富田字砂原2119)

**申し込み** 当日直接集合場所で受け付け

**参加費** 無料

\*平成25年度は、健康づくりウォーキング大会を4回開催します。  
\*全4回完歩の方には完歩賞、3回完歩の方には達成賞を差し上げます。  
(次回は3月を予定しています。)

健康づくり  
サポーター協議会  
だより

## 平成25年度第1回ウォーキング大会 5月26日(日) 報告



ウォーキングの前に準備体操を  
しっかり行い、いざ出発です。

尾西運動場周辺から奥街道、  
奥渡船場跡などを訪ねる約7km  
のコースでした。



5月の気持ちよい風を感じなが  
らのウォーキングでした。  
参加していただいた皆様、あり  
がとうございました。

## ～不妊治療費の一部を補助～

市では、お子さまを希望しているにも関わらず、不妊症でお悩みのご夫婦を対象に不妊治療費の補助制度を実施しています。この制度は、不妊治療によるご夫婦の経済的負担を軽減するとともに、少子化対策の一つとして、不妊治療費の一部を補助するもので、不妊治療の内容によって、「一般不妊治療費」と「特定不妊治療費」の二つの補助制度があります。

補助対象となるには、所得制限などの条件や書類の提出が必要となります。申請書類は、保健センターで手続き方法を説明してお渡ししています。詳しくは保健センターへお尋ねください。

### 一般不妊治療費補助制度

- ◆対象治療 人工授精(健康保険適用外)
- ◆補助額 自己負担額の1/2(1年度当たり上限4万5千円、補助開始月から2年間)
- ◆申請期限 平成25年3月から平成26年2月末までの診療分について、平成26年3月25日(火)まで

### 特定不妊治療費補助制度

- ◆対象治療 指定医療機関で受けた体外受精、顕微授精  
(愛知県の特定不妊治療費助成金の交付を受けた治療)
- ◆補助額 自己負担額から愛知県特定不妊治療費助成金交付額を控除した額  
(1回上限5万円、通算2回まで)
- ◆申請期限 愛知県の特定不妊治療費助成事業承認決定通知書の通知日から2か月以内

お問い合わせは

中保健センター ☎72-1121

西保健センター ☎63-4833

北保健センター ☎86-1611

# 食生活改善推進員養成講座のご案内

スタンプラリー  
対象事業です

食べることは健康づくりの第一歩です。あなたも食に関する知識と技術を学んで、自分の健康を見つめ直すとともに、食に関するボランティア活動を行う食生活改善推進員の養成講座を受講してみませんか。

## 【日 程】

| 回 | と き               | 講 義<br>9:30～11:00                            | 調理実習(テーマ)<br>11:00～14:00  | 14:00～<br>15:00 |
|---|-------------------|--|---|-----------------|
| 1 | 10月21日(月)         | 開講式<br>オリエンテーション                             | 健康日本21と生活習慣病予防<br>健康日本21いちのみや計画における<br>栄養・食生活および食改活動<br>(講義のみ。12:30終了予定。) |                 |
| 2 | 11月25日(月)         | 食品衛生と食中毒予防<br>食環境保全                          | 単身者のバランスのとれた食事  |                 |
| 3 | 12月20日(金)         | 食育について<br>食事バランスの話                           | 子育て世代の食事  |                 |
| 4 | 平成26年<br>1月27日(月) | 健康づくりと身体活動<br>運動実技                           | 肥満が気になる人の食事   |                 |
| 5 | 平成26年<br>2月24日(月) | 食生活改善推進員の地区組織活動                              | 高齢者の低栄養を防ぐ食事  | 閉講式<br>各ブロック紹介  |
| 6 | 11月～2月<br>教室開催日   | 食生活改善推進員のボランティア活動見学<br>※見学日は9:00～12:00の予定です。 |   |                 |

\* 必ず6回を通してご参加ください。

- と ころ** 西保健センター
- 対 象** 一宮市民で、講座修了後ボランティア活動が可能な方
- 定 員** 25名(予約制、定員になり次第しめきり)
- 費 用** テキスト代(1,050円)、実習材料費(350円×4回)
- 申し込み** 9月2日(月)～9月27日(金)まで、西保健センター(☎63-4833)にて受け付けます。



電話番号に誤りがありましたので訂正しました。

“食改さん”

## 食生活改善推進員のボランティア活動

### 一宮市のお手伝い

離乳食教室  
幼児食教室  
栄養教室

### 自主活動

親子クッキング  
エプロンシアター  
レディースクッキング  
男の料理教室  
ふれあい昼食会  
健康まつりへの参加 など



エプロンシアターの様子



# 平成25年度一宮市健康づくりスタンプラリー

第2弾



健診や講座に参加して、たくさん「いちみん」のスタンプを集めましょう。  
スタンプが5個・10個・15個・20個集まったら保健センターにお越しください。



## 健康日本21いちのみや計画推進講座 いきいき健康づくり講座(後期)



対象は一宮市民です。教室ごとに定員があり、予約が必要です。開催場所の保健センターへお申し込みください。  
日時・講座内容等が変更になる場合がありますので、「健康ひろば」でご確認ください。

| と き                             | ところ     | テ ー マ   | 申し込み掲載号                       | スタンプ |
|---------------------------------|---------|---|-------------------------------|------|
| 10月 1日(火)<br>午後2時～3時30分         | 北保健センター | 膝痛と上手に付き合う  | 健康ひろば<br>10月・11月号<br>(9月1日発行) |      |
| 10月 9日(水)<br>午後2時～3時30分         | 西保健センター | 色の見えかたと目の病気   |                               |      |
| 11月18日(月)<br>午後2時～3時30分         | 中保健センター | 身に付けよう運動習慣  |                               |      |
| 12月10日(火)<br>午後2時～3時30分         | 北保健センター | ウォーキング<br>～奥村井筋緑道を歩こう～  | 健康ひろば<br>12月・1月号<br>(11月1日発行) |      |
| 平成26年<br>1月20日(月)<br>午前10時～午後1時 | 中保健センター | バランスのとれた食事<br>～地産の食材をつかって～ <span style="border: 1px solid green; border-radius: 50%; padding: 2px;">調理実習</span> |                               |      |
| 2月25日(火)<br>午後2時～3時30分          | 西保健センター | ウォーキング<br>～尾西緑道を歩こう～  | 健康ひろば<br>2月・3月号<br>(1月1日発行)   |      |
| 3月24日(月)<br>午前10時～午後1時          | 北保健センター | バランスのとれた食事<br>～地産の食材をつかって～ <span style="border: 1px solid green; border-radius: 50%; padding: 2px;">調理実習</span> |                               |      |

9月から  
はじまります!

### お友達紹介キャンペーン

いきいき健康づくり講座でお渡しする“お友達紹介チケット”を利用して、参加したことのない方をお誘いください。紹介した方もされた方もスタンプがもう1つもらえます。詳しくはいきいき健康づくり講座で説明します。

| スタンプ |  |  |  |
|------|--|--|--|
|      |  |  |  |



※スタンプラリーの景品引き換え期限は平成26年3月末です。

## 食生活改善推進員養成講座

食べることは健康づくりの第1歩です。全6回の講座で食に関する知識と技術を学びます。講座修了後はボランティア活動をお願いします。

| と き  | ところ     | 申し込み掲載号                       | スタンプ |
|--|---------|-------------------------------|------|
| 平成25年10月～平成26年2月まで<br>全6回通してご参加ください。<br>詳しくは本誌8ページをご覧ください。 | 西保健センター | 健康ひろば<br>10月・11月号<br>(9月1日発行) |      |

## 健康づくりサポーター養成講座

「健康日本21いちのみや計画」の推進のため健康づくりに関する教室やウォーキング大会の企画など健康づくり活動について学びます。

講座修了後はボランティア活動をお願いします。

| と き                            | ところ     | 申し込み掲載号                       | スタンプ |
|--------------------------------|---------|-------------------------------|------|
| 平成26年1月～3月まで全5回通して<br>ご参加ください。 | 北保健センター | 健康ひろば<br>12月・1月号<br>(11月1日発行) |      |

## メタボリック予防講座

健康的な生活習慣の積み重ねがメタボリックシンドローム予防につながります。自分の今の生活習慣を振り返り、運動や食生活の改善方法について楽しく学んでいきます。

医師の話や簡単にできる運動、調理実習が体験できる充実した内容の教室です。

| と き                     | ところ     | 申し込み掲載号                       | スタンプ |
|-------------------------|---------|-------------------------------|------|
| 9月 4日(水)・20日(金)・27日(金)  | 中保健センター | 健康ひろば<br>8月・9月号<br>(7月1日発行)   |      |
| 10月10日(木)・24日(木)・31日(木) | 北保健センター | 健康ひろば<br>10月・11月号<br>(9月1日発行) |      |
| 11月 7日(木)・15日(金)・22日(金) | 西保健センター |                               |      |

## 栄養教室（後期）

| と き               | ところ     | 時 間                | テーマ                         | 申し込み掲載号                       | スタンプ |
|-------------------|---------|--------------------|-----------------------------|-------------------------------|------|
| 10月28日(月)         | 北保健センター | 午前9時30分～<br>11時30分 | 食事で予防改善しよう!<br>コレステロール・中性脂肪 | 健康ひろば<br>10月・11月号<br>(9月1日発行) |      |
| 10月29日(火)         | 中保健センター |                    |                             |                               |      |
| 11月20日(水)         | 西保健センター |                    |                             |                               |      |
| 12月 6日(金)         | 北保健センター | 午前9時30分～<br>11時30分 | 高血圧を食事で予防改善しよう              | 健康ひろば<br>12月・1月号<br>(11月1日発行) |      |
| 12月10日(火)         | 中保健センター |                    |                             |                               |      |
| 平成26年<br>1月16日(木) | 西保健センター |                    |                             |                               |      |
| 2月21日(金)          | 中保健センター | 午前9時30分～<br>11時30分 | 肥満・高血糖を食事で<br>予防改善しよう       | 健康ひろば<br>2月・3月号<br>(1月1日発行)   |      |
| 2月27日(木)          | 北保健センター |                    |                             |                               |      |
| 3月13日(木)          | 西保健センター |                    |                             |                               |      |

# ☆健康日本21いちのみや計画推進講座☆

すべて  
スタンプラリー  
対象事業です

市民の皆様楽しく健康づくりに取り組んでいただくために運動や栄養、歯などをテーマに講座を開催します。これから健康づくりを始めようと思っている方、より健康を目指している方、ぜひご参加ください。

## メタボリック予防講座

～知る・食べる・動く  
あなたの生活習慣改善大作戦！～

※この講座は3回のコースです。

| 回 | とき        | ところ・申し込み             | 時間                 | 内容        | 定員  | 講師            |
|---|-----------|----------------------|--------------------|-----------|-----|---------------|
| 1 | 10月10日(木) | 北保健センター<br>☎ 86-1611 | 午後2時～4時            | 医師による講話   | 30名 | 医師            |
| 2 | 10月24日(木) |                      | 午前9時30分～<br>午後1時   | 栄養の話と調理実習 |     | 管理栄養士         |
| 3 | 10月31日(木) |                      | 午前9時30分～<br>11時30分 | 運動の話と実技   |     | 健康づくり<br>リーダー |
| 1 | 11月 7日(木) | 西保健センター<br>☎ 63-4833 | 午後2時～4時            | 医師による講話   | 30名 | 医師            |
| 2 | 11月15日(金) |                      | 午前9時30分～<br>午後1時   | 栄養の話と調理実習 |     | 管理栄養士         |
| 3 | 11月22日(金) |                      | 午後2時～4時            | 運動の話と実技   |     | 健康づくり<br>リーダー |

【受付時間】 開始時間の15分前より

【持ち物】 健康手帳

\*第2回の「調理実習」は調理実習費350円が必要。エプロン、三角巾、ふきんをお持ちください。

\*第3回の「運動の話と実技」は、バスタオル、タオル、お茶をお持ちください。運動できる服装でお越しください。北保健センターは室内靴が必要です。

【予約制】 9月3日(火)から申し込みを受け付けます。(定員になり次第しめきり)

## いきいき健康づくり講座

※1回のみ講座です。

| とき        | ところ・申し込み             | 時間             | テーマ         | 定員  | 講師            |
|-----------|----------------------|----------------|-------------|-----|---------------|
| 10月 1日(火) | 北保健センター<br>☎ 86-1611 | 午後2時～<br>3時30分 | 膝痛と上手に付き合う  | 30名 | 医師            |
| 10月 9日(水) | 西保健センター<br>☎ 63-4833 |                | 色の見えかたと目の病気 |     | 医師            |
| 11月18日(月) | 中保健センター<br>☎ 72-1121 |                | 身に付けよう運動習慣  |     | 健康づくり<br>リーダー |

【受付時間】 午後1時45分～2時

【持ち物】 健康手帳

\*「身に付けよう運動習慣」は、バスタオル、タオル、お茶をお持ちください。運動のできる服装でお越しください。

【予約制】 9月3日(火)から申し込みを受け付けます。(定員になり次第しめきり)

## 栄養教室

～食事で予防改善しよう！  
コレステロール・中性脂肪～



※1回のみ講座です。

| とき        | ところ・申し込み             | 時間                 | 内容   | 定員  | 担当    |
|-----------|----------------------|--------------------|--|-----|-------|
| 10月28日(月) | 北保健センター<br>☎ 86-1611 | 午前9時30分～<br>11時30分 | コレステロール・中性脂肪値が気になっている方、食事で上手にコントロールするコツを、クイズやカードバイキングで楽しく学びましょう。 | 20名 | 管理栄養士 |
| 10月29日(火) | 中保健センター<br>☎ 72-1121 |                    |  |     |       |
| 11月20日(水) | 西保健センター<br>☎ 63-4833 |                    |  |     |       |

【受付時間】 午前9時15分～9時30分

【持ち物】 健康手帳

【予約制】 9月3日(火)から申し込みを受け付けます。(定員になり次第しめきり)

お子さんだけでなくお母さんをはじめ同伴の方も体調の悪いときは来所を控えていただき、別の日に受診してください。



- ・各健康診査の所要時間は90～120分です。
- ・指定の日に体調や都合が悪い方や他保健センターでの受診を希望される方は事前に担当する保健センターにご連絡ください。
- ・転入などで事前に案内が届かない場合は、中保健センターにご連絡ください。

### 4か月児健康診査

該当受診月の前々月に健康診査の案内が届きます。

○ブックスタートの説明とともに絵本をお渡しします。

| ところ     | 月  | 日      | 対象児                   | 月  | 日      | 対象児                   | 受付時間        |
|---------|----|--------|-----------------------|----|--------|-----------------------|-------------|
| 中保健センター | 10 | 4日(金)  | 平成25年5月26日～<br>6月27日生 | 11 | 1日(金)  | 平成25年6月28日～<br>7月31日生 | 午後1時10分～2時  |
|         |    | 18日(金) |                       |    | 15日(金) |                       |             |
|         |    | 25日(金) |                       |    | 22日(金) |                       |             |
| 西保健センター | 10 | 1日(火)  | 平成25年5月25日～<br>6月20日生 | 11 | 5日(火)  | 平成25年6月21日～<br>7月31日生 | 午後1時10分～2時  |
|         |    | 15日(火) |                       |    | 19日(火) |                       |             |
|         |    |        |                       |    | 26日(火) |                       |             |
| 北保健センター | 10 | 3日(木)  | 平成25年6月1日～<br>6月30日生  | 11 | 7日(木)  | 平成25年7月1日～<br>7月31日生  | 午前9時10分～10時 |
|         |    | 17日(木) |                       |    | 21日(木) |                       |             |

【持ち物】母子健康手帳・質問票(事前の案内に同封)・バスタオル

### 1歳6か月児健康診査

(おおむね1歳7か月の子)該当受診月の前々月に健康診査の案内が届きます。

○歯科健康診査(希望者にはフッ素塗布)を行いますので、歯磨きをしてお越しください。

| ところ     | 月  | 日      | 対象児                   | 月  | 日      | 対象児                   | 受付時間    |
|---------|----|--------|-----------------------|----|--------|-----------------------|---------|
| 中保健センター | 10 | 1日(火)  | 平成24年3月 9日～<br>4月 4日生 | 11 | 5日(火)  | 平成24年4月 5日～<br>5月 1日生 | 午後1時～2時 |
|         |    | 8日(火)  |                       |    | 12日(火) |                       |         |
| 西保健センター | 10 | 10日(木) | 平成24年3月10日～<br>4月10日生 | 11 | 14日(木) | 平成24年4月11日～<br>5月12日生 |         |
|         |    | 24日(木) |                       |    | 28日(木) |                       |         |
| 北保健センター | 10 | 3日(木)  | 平成24年3月 1日～<br>4月 5日生 | 11 | 21日(木) | 平成24年4月 6日～<br>4月23日生 |         |
|         |    | 17日(木) |                       |    |        |                       |         |

【持ち物】母子健康手帳・質問票(事前の案内に同封)・歯ブラシ

### 3歳児健康診査

(おおむね3歳1か月の子)該当受診月の前々月に健康診査の案内が届きます。

○尿検査があります。

○歯科健康診査を行いますので、歯磨きをしてお越しください。

| ところ     | 月  | 日      | 対象児                    | 月  | 日      | 対象児                     | 受付時間    |
|---------|----|--------|------------------------|----|--------|-------------------------|---------|
| 中保健センター | 10 | 3日(木)  | 平成22年8月24日～<br>9月19日生  | 11 | 7日(木)  | 平成22年9月20日～<br>10月29日生  | 午後1時～2時 |
|         |    | 17日(木) |                        |    | 21日(木) |                         |         |
| 西保健センター | 10 | 2日(水)  | 平成22年9月 8日～<br>10月 8日生 | 11 | 6日(水)  | 平成22年10月 9日～<br>10月23日生 |         |
|         |    | 16日(水) |                        |    |        |                         |         |
| 北保健センター | 10 | 9日(水)  | 平成22年8月25日～<br>9月29日生  | 11 | 13日(水) | 平成22年9月30日～<br>11月 9日生  |         |
|         |    | 30日(水) |                        |    | 27日(水) |                         |         |

【持ち物】母子健康手帳・質問票・目と耳のアンケート(事前の案内に同封)

### 2歳児歯科健康診査

事前の案内はいたしませんので、直接対象日にお出かけください。

○歯科健康診査(希望者にはフッ素塗布)を行いますので、歯磨きをしてお越しください。

○歯の染め出しを行います。

| ところ     | 月  | 日      | 対象児             | 月  | 日      | 対象児              | 受付時間     |
|---------|----|--------|-----------------|----|--------|------------------|----------|
| 中保健センター | 10 | 17日(木) | 平成23年9月 1日～15日生 | 11 | 21日(木) | 平成23年10月 1日～15日生 | 午前9時～10時 |
|         |    | 24日(木) |                 |    | 28日(木) |                  |          |
| 西保健センター | 10 | 3日(木)  | 平成23年9月 1日～30日生 | 11 | 7日(木)  | 平成23年10月 1日～15日生 |          |
|         |    |        |                 |    | 21日(木) |                  |          |
| 北保健センター | 10 | 10日(木) | 平成23年9月 1日～30日生 | 11 | 14日(木) | 平成23年10月 1日～31日生 |          |

【持ち物】母子健康手帳・質問票(1歳6か月児健康診査の事前の案内に同封)・歯ブラシ・タオル・コップ

お問い合わせは

中保健センター ☎72-1121

西保健センター ☎63-4833

北保健センター ☎86-1611

保健センターの駐車場が混雑します。できる限り公共交通機関を利用してください。

お知らせ

～お母さんと赤ちゃんへ～



新生児・産婦訪問

生後4週間以内の赤ちゃんがいるお宅を助産師が訪問して、発育や育児についての相談をお受けします。

対象：生後4週間(28日)以内の新生児とお母さん

内容：体重測定、育児相談、授乳相談

費用：無料

※準備いただくもの：母子健康手帳、認印、バスタオル

※里帰り出産で一時的に市内に滞在される方も申し込みできます。

※お申し込み、お問い合わせは、西保健センターへ

妊産婦歯科健康診査

妊娠中から産後1年までの間に1回、妊産婦歯科健康診査受診票(母子のしおりに綴じ込み)を使用して、市内協力歯科医療機関にて公費負担で歯科健康診査が受けられます。妊産婦歯科健康診査受診票と母子健康手帳を提示し、受診してください。

産婦公費負担健康診査

産婦の健康の保持増進を図るため、出産後1か月までの健康診査(1回)を公費負担します。対象となる方は、次のいずれかの世帯の方で、一宮市立市民病院で健診を受診する場合です。

◎生活保護世帯

◎市民税非課税世帯

◎市民税が均等割のみ課税世帯

※手続き、お問い合わせは、各保健センターへ

こんにちは赤ちゃん訪問

生後1～2か月の赤ちゃんがいる家庭に訪問員が訪問し、ご家族が安心して子育てをしていただくために保健サービスの紹介と育児相談を行います。

母子のしおりの中の「赤ちゃんが生まれました」連絡票を出生届の提出の際に、市民課、窓口課、各出張所の窓口へ提出してください。事前に連絡してから、お伺いします。

なお、出生届を市外に提出された方は電話でご連絡ください。助産師による新生児・産婦訪問または保健師による訪問を受けていない方が対象となります。

※お問い合わせは各保健センターへ

9か月児健康相談

(おおむね10か月の子)該当受診月の前々月に健康相談の案内が届きます。

| ところ     | 月  | 日      | 対象児                          | 月  | 日      | 対象児                  | 受付時間     |
|---------|----|--------|------------------------------|----|--------|----------------------|----------|
| 中保健センター | 10 | 2日(水)  | 平成24年11月24日～<br>平成25年 1月 2日生 | 11 | 6日(水)  | 平成25年1月3日～<br>1月29日生 | 午前9時～10時 |
|         |    | 16日(水) |                              |    | 20日(水) |                      |          |
|         |    | 23日(水) |                              |    |        |                      |          |
| 西保健センター | 10 | 1日(火)  | 平成24年12月 7日～<br>平成25年 1月 7日生 | 11 | 5日(火)  | 平成25年1月8日～<br>2月 8日生 |          |
|         |    | 15日(火) |                              |    | 19日(火) |                      |          |
| 北保健センター | 10 | 8日(火)  | 平成24年12月 1日～<br>平成25年 1月 5日生 | 11 | 12日(火) | 平成25年1月6日～<br>2月13日生 |          |
|         |    | 22日(火) |                              |    | 26日(火) |                      |          |

【持ち物】母子健康手帳・質問票(事前の案内に同封)・バスタオル

対象地区についてのお知らせ

乳幼児健康診査、各種教室、相談については、原則として担当する保健センターの利用をお願いします。ただし、都合の悪い方は、他の保健センターの利用も可能です。

|         |                                  |
|---------|----------------------------------|
| 中保健センター | 宮西、貴船、神山、大志、向山、富士、西成、丹陽町、千秋町の連区  |
| 西保健センター | 大和町、奥町、萩原町、起、小信中島、三条、大徳、朝日、開明の連区 |
| 北保健センター | 葉栗、浅井町、北方町、今伊勢町、木曾川町の連区          |

一宮市立市民病院「健康教室」の開催案内

| とき        | ところ                 | 時間             | テーマ         | 講師        |
|-----------|---------------------|----------------|-------------|-----------|
| 10月23日(水) | 一宮市立市民病院<br>南館11階講堂 | 午後2時～<br>3時30分 | 健康チェック・健康相談 | 看護局       |
| 11月26日(火) |                     |                | 感染防止について    | 感染管理認定看護師 |

【対象】患者および地域の方

【参加費】無料

【申し込み】一宮市立市民病院 1階総合受付にて事前申し込み、もしくは当日会場にて受付

【問い合わせ】一宮市立市民病院管理課 ☎71-1911 (内線2003)

健康診査、教室等でお越しの際は、会場や駐車場でのお子さんの安全について十分ご注意ください。

お知らせ

# 教室

\*すべて予約が必要です。

## マタニティ教室

この教室は男女共同参画推進事業です

参加者同士、交流しながら妊娠中の過ごし方や出産、育児について学びます。

1回目

- 妊娠してからの心とからだの変化
- 母乳保育

2回目

- 妊娠中の食生活
- ママと赤ちゃんの歯の話

3回目

- 公的サービス・産後の生活と保育
- 赤ちゃんの世話
- 妊婦擬似体験(パパの中の希望者)
- 新米ママさんとの交流

対象 妊婦

- \*3回をおとしてご参加ください。
- \*参加できる方はパパもご一緒にどうぞ。

定員 各30名(定員になり次第しめきり)

\*9月4日(水)から申し込みを受け付けます。

| ところ<br>申し込み | とき  | 1回目    | 2回目    | 3回目    |
|-------------|-----|--------|--------|--------|
| 北保健センター     | 10月 | 11日(金) | 18日(金) | 25日(金) |
| 中保健センター     | 11月 | 12日(火) | 19日(火) | 26日(火) |

とき 午前9時10分～11時30分(受付9時～9時10分)  
持ち物 母子健康手帳・3回目は母と子のしおり

※西保健センターは12月に実施します。

## 新米ママさん教室

参加者同士、交流しながら赤ちゃんの栄養やお母さんの産後のからだについて学びます。  
妊婦さんとも交流します。

対象 開催日に1～3か月のお子さんとママ

定員 各20名(定員になり次第しめきり)

\*9月4日(水)から申し込みを受け付けます。

\*出産後にお申し込みください。

| ところ・申し込み | とき        |
|----------|-----------|
| 北保健センター  | 10月25日(金) |
| 中保健センター  | 11月26日(火) |

とき 午前9時10分～11時30分(受付9時～9時10分)  
持ち物 母子健康手帳・バスタオル・授乳物品

※西保健センターは12月に実施します。

## 離乳食教室

\*安全のため申し込み人数が多い場合は、お断りすることがあります。

ごっくんコース【離乳の開始(5・6か月頃)～8か月頃】と、もぐもぐコース【7か月頃～離乳の完了】に分けて行います。

\*9月4日(水)から申し込みを受け付けます。

| ところ・申し込み                 | 10月               | 11月               |
|--------------------------|-------------------|-------------------|
| 中保健センター                  | もぐもぐコース<br>1日(火)  | ごっくんコース<br>7日(木)  |
| 尾西庁舎東館5階<br>(申込:西保健センター) | ごっくんコース<br>17日(木) | もぐもぐコース<br>21日(木) |
| 北保健センター                  | ごっくんコース<br>9日(水)  | もぐもぐコース<br>13日(水) |

とき 午前10時～11時(受付9時45分～10時)  
持ち物 母子健康手帳

## にこにこ★ぱっくん幼児食教室

(平成24年度までの「パクパク食育教室」から名称が変更となりました。)

毎日の食事で「やだ～」とお口をあけてくれなかったり、「お野菜キライ!」なんてことはありませんか?  
栄養士が身近な食材を使って野菜をおいしく食べられる工夫を実演し、みんなで楽しく試食します。

対象 1歳6か月以上4歳未満の子とその親

定員 各20名…1回のみ参加です。  
(定員になり次第しめきり)

\*9月4日(水)から申し込みを受け付けます。

\*対象のお子さんは講義実演中は託児となります。

| ところ・申し込み                 | とき        |
|--------------------------|-----------|
| 中保健センター                  | 11月27日(水) |
| 尾西庁舎東館5階<br>(申込:西保健センター) | 10月10日(木) |
| 北保健センター                  | 11月29日(金) |

とき 午前10時～11時(受付9時30分～9時50分)  
持ち物 母子健康手帳・試食の際のお茶・お手ふき

## 乳幼児健康講座

テーマ 「子どもの事故予防」

～子どものそばには危険がいっぱい～  
小児科医師が説明します。

対象 乳幼児をもつ親

定員 30名(定員になり次第しめきり)

\*9月4日(水)から申し込みを受け付けます。

| ところ・申し込み | とき        |
|----------|-----------|
| 西保健センター  | 10月17日(木) |

とき 午後1時30分～2時30分(受付1時20分～1時30分)  
持ち物 母子健康手帳

お知らせ

# 健康相談

## 大人の方(40歳以上)

40歳以上の方を対象に、生活習慣病や健康管理についての相談に応じます。

【担当】医師・看護師

【とき】午後1時30分～3時



| ところ        | 10月    | 11月    |
|------------|--------|--------|
| 神山としよりの家   | 24日(木) | 28日(木) |
| 奥としよりの家    | 2日(水)  | 6日(水)  |
| 千秋老人いこいの家  | 21日(月) | 18日(月) |
| 葉栗老人いこいの家  | 10日(木) | 14日(木) |
| 丹陽老人いこいの家  | 11日(金) | 8日(金)  |
| 萩原老人福祉センター | 18日(金) | 15日(金) |
| 浅井老人いこいの家  | 3日(木)  | 7日(木)  |
| 時之島老人いこいの家 | 25日(金) | 22日(金) |
| 北方老人いこいの家  | 22日(火) | 26日(火) |

## 育児相談



乳幼児を持つお母さん方を対象に、発育・発達、食事、歯、子育ての悩みについての相談に応じます。

【担当】保健師・栄養士・歯科衛生士・心理相談員

【とき】午後1時～3時

| ところ              | 10月    | 11月    |
|------------------|--------|--------|
| 中保健センター          | 7日(月)  | 11日(月) |
| 西保健センター          | 7日(月)  | 11日(月) |
| 北保健センター          | 21日(月) | 18日(月) |
| 持ち物：母子健康手帳・バスタオル |        |        |

保健師・栄養士による電話相談は随時行っています。



中保健センター ☎72-1121  
西保健センター ☎63-4833  
北保健センター ☎86-1611

## お子さんから大人の方

赤ちゃんからお年寄りまでを対象に、育児相談、生活習慣病の予防や食事に関する事など、健康についての相談に応じます。

| ところ         | 10月     | 11月     | ところ        | 10月                   | 11月     |
|-------------|---------|---------|------------|-----------------------|---------|
| 葉栗公民館(出張所)  | 2日(水)☆  | 6日(水)◎  | 奥公民館(出張所)  | 23日(水)☆               | 27日(水)◎ |
| 西成公民館(出張所)  | 11日(金)◎ | 8日(金)☆  | 萩原公民館(出張所) | 9日(水)☆                | 13日(水)◎ |
| 丹陽公民館(出張所)  | 10日(木)◎ | 14日(木)☆ | 千秋公民館(出張所) | 11日(金)☆               | 8日(金)◎  |
| 浅井公民館(出張所)  | 2日(水)◎  | 6日(水)☆  | 尾西南部公民館 ※  | 23日(水)◎               | 27日(水)☆ |
| 大和公民館(出張所)  | 9日(水)◎  | 13日(水)☆ | 中保健センター    | 毎週月～金曜日<br>(祝日・休日を除く) |         |
| 今伊勢公民館(出張所) | 7日(月)◎  | 11日(月)☆ | 西保健センター    |                       |         |
| 北方公民館(出張所)  | 16日(水)☆ | 20日(水)◎ | 北保健センター    |                       |         |

変更になる場合がありますので、詳しくは保健センターにお問い合わせください。

☆印は栄養士による相談も行います。

◎印は歯科衛生士による相談も行います。

【とき】午前9時30分～11時30分 午後1時～3時

※尾西南部公民館は午前中のみです。

【持ち物】40歳以上の方は健康手帳をお持ちください。お持ちでない方は、当日発行できます。

赤ちゃんのご相談の方は、母子健康手帳・バスタオルをお持ちください。



休日・夜間急病診療所

☎712766

口腔衛生センター ☎725548

救急医療情報センター ☎721133

# 特定保健指導を受けましょう



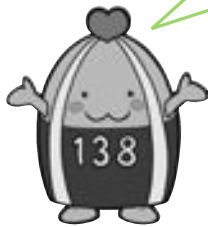
## 国民健康保険加入の方の特定保健指導

**内容：**メタボリックシンドロームの予防やメタボリックシンドロームから脱するための運動や食事を中心とした生活習慣改善の支援

**対象者：**特定健康診査の結果により、生活習慣の改善が必要とされた方  
「**動機づけ支援**」と「**積極的支援**」の2つの支援レベルがあります。

特定健康診査結果通知表でご確認ください。

(受診した医療機関で結果通知表をお渡しします。市からの送付はありません。)



### 実施場所

・ 特定健康診査を受けられた医療機関

・ 一宮市医師会 ☎71-7531

・ 各保健センター

中保健センター ☎72-1121

西保健センター ☎63-4833

北保健センター ☎86-1611

### 申し込み

それぞれの希望場所へ直接電話し、お申し込みください。

お問い合わせ

保険年金課 ☎28-9011

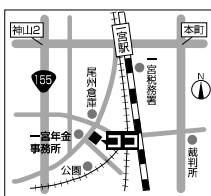
- ◎ 一宮市では、国民健康保険加入の方へ特定健康診査・保健指導を実施しています。  
国民健康保険以外の方は、加入されている健康保険証発行元へお問い合わせください。

**特定健康診査は10月31日までです。まだ受診していない方は受診しましょう！**

### 【広告】

## あなたの街の身近な法律家

- 相続・贈与による不動産名義変更
- 抵当権設定・抹消 ● 裁判手続
- 遺言書作成 ● 後見手続
- 多重債務の整理・過払請求など
- 会社設立 ● 法律相談・登記相談



愛知県司法書士会所属(第1286号)

**司法書士**  
**福井武男事務所**

<http://WWW21.tiki.ne.jp/~zab40233/> 福井武男事務所 検索 駐車場有

お気軽にご相談ください。 **（相談無料）**

一宮市新生4丁目4番7号1階  
(一宮駅徒歩8分、一宮年金事務所すぐ東)

☎0586-48-4250

一宮駅西口から徒歩3分(駐車場あり)お気軽にご相談下さい。

## 一宮総合法律事務所

「交通事故(人身事故)」・「相続問題・遺言」  
についてはご相談は無料です。

尾張一宮駅前駅ビル(iビル)夜間・無料・法律相談会 実施中!  
詳細はHP又はお電話でお問い合わせ下さい。  
(毎月1回、完全予約制)

(主な取扱業務(上記以外))  
民事裁判・調停等、債務整理(過払金)、交通事故、離婚、借地・借家、  
不動産事件、中小企業法務、債権回収、労働事件…

一宮総合法律事務所(愛知県弁護士会所属) TEL0586-43-3800

弁護士 野村 一磨 阿部 裕之 営業時間:AM9:30~PM5:30

一宮市神山1-1-6 のむらビル3階 ※詳細はHPをご覧ください。

★広告の内容に関する問い合わせは直接広告主へお願いします。

次回 平成25年11月1日発行

2013年(平成25年)9月1日 健 16