

# 健康ひろば



マタニティ教室の様子

## 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。

特定健康診査・特定保健指導を受診しましょう	2~3
元気応援高齢者把握のための基本チェックリストを送付	4~5
がん等の早期発見・早期治療のために検診を受けましょう	6
がん検診無料クーポン券のご案内／不妊治療費補助制度	7
健診等協力医療機関一覧表	8
協力歯科医療機関一覧表／ご自宅で歯の治療が受けられます	9
予防接種協力医療機関一覧表	10
成人用肺炎球菌予防接種のご案内	11
大人の風しん予防接種費用を助成	12
愛知県広域予防接種／年長児相当・小学校6年生の保護者の方へ	13
いちのみや健康マイレージ事業	14
健康日本21いちのみや計画推進講座	15
お知らせ	16~19
女性のための健康診査の希望者を募集します	20



一宮市マスコットキャラクター「いちみん」

40歳から  
74歳の方へ

# 特定健康診査 特定保健指導を受診しましょう!

ご加入の医療保険者は、被保険者やその被扶養者で40歳になる方から74歳の方に対して、特定健康診査・特定保健指導を実施します。

一宮市国民健康保険（一宮市国保）にご加入の方の特定健康診査は、対象となる方に受診のご案内をお送りします。忘れずに年に一度の健康チェックをしましょう。

## ◆ 特定健康診査とは？

「特定健康診査」は、生活習慣病の予防や早期発見のために、メタボリックシンドロームに着目した検査項目での健康診査です。腹囲やBMI(体重(kg)÷身長(m)<sup>2</sup>)から生活習慣病の大きな要因となる内臓脂肪のリスクの有無を判定します。他にも、血圧測定や血糖・血中脂質や肝機能の状態を見る血液検査、尿検査、そして喫煙歴や食生活などの生活習慣に関する問診が行われます。

## ◆ 特定保健指導とは？

特定健康診査の結果により、腹囲やBMIの値が一定の基準を超える方に対して、高血圧、高血糖、脂質異常症や喫煙歴の追加リスク数に応じて実施する「動機づけ支援」「積極的支援」といった指導を「特定保健指導」といいます。内容は、医師や保健師等による運動や食事を中心とした生活習慣の改善支援です。特定保健指導だけでは改善が見込めず、服薬による治療を必要とする方は対象となりません。

### 動機づけ支援（生活習慣改善支援の必要性が中程度の方）

医師等との面接において行動目標を設定し、個々の生活習慣を改善する実践的な指導を行います。

6か月後に、身体状況や生活習慣に変化が見られたかの評価を行います。

### 積極的支援（生活習慣改善支援の必要性が高い方）

動機づけ支援と同様の面接による指導を行います。

また、3か月以上継続的に行われる支援プログラムを通じてきめ細やかな生活習慣の改善支援を実施し、6か月後にその評価を行います。

## ◆ 特定健康診査・特定保健指導の実施について

### 1. 特定健康診査の対象となる方には…

一宮市国保にご加入で対象となる方には、4月下旬より特定健康診査受診券をお送りします。受診の際は、市内協力医療機関（この「健康ひろば」8ページに一覧表掲載）へ保険証と受診券を提示し受診します。受診案内に同封する問診票を自宅で記入しご持参いただくと、受診時間が短縮できます。受診後2～3週間ほどで結果が出ますので、直接医療機関にて健診結果通知表を受け取り、医師から生活習慣の見直しや改善のきっかけとなる情報提供を受けます。

なお、**職場の健康保険**にご加入の方は、受診券の発行の際に申し出が必要な場合があります。また健診内容や受診できる医療機関も異なりますので、加入されている医療保険者（保険証発行元）にご確認ください。

## 一宮市国保の健診の流れ

### ① 受診案内の送付

対象となる方には、4月下旬に、受診券と問診票をお送りします。

### ② 医療機関にて受診

保険証、受診券、記入済みの問診票、健康手帳(お持ちの方)を忘れずご持参ください。

無料です

### ③ 受診結果の確認(2～3週間後)

医師が、結果説明と生活習慣の見直しに関する情報提供をします。直接医療機関へお出かけください。

### 2. 特定保健指導の対象となる方には…

一宮市国保では、特定健康診査を受診した医療機関での受診結果説明時に、「動機づけ支援」または「積極的支援」の対象となる方に、医師等が特定保健指導の初回面接を実施します。積極的支援の方は、引き続き管理栄養士等が3か月以上の継続支援を行います。費用は無料ですので、必ず受診をお願いします。なお、医療機関で特定保健指導の受診ができない方には、市の保健師等が初回面接と継続支援を行います。詳しくは、受診結果説明時にお渡しするパンフレットをご覧ください。

なお、**職場の健康保険**にご加入の方は実施方法が異なります。詳しくは、加入されている医療保険者にご確認ください。

75歳以上の  
方は

# 後期高齢者医療健康診査で 年に1度の健康チェックをお忘れなく!

75歳以上または一定の障害がある65歳以上の愛知県後期高齢者医療にご加入の方には、後期高齢者医療健康診査を実施します。対象となる方には、健康診査受診券と問診票をお送りします。

ただし、平成28年8月以降に75歳になり愛知県後期高齢者医療の被保険者となる方は、75歳になる前日までに、加入されている健康保険が実施する特定健康診査を受診してください。

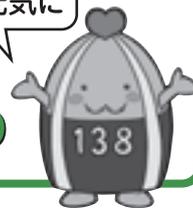
## ◆ 一宮市国保の特定健康診査と後期高齢者医療健康診査

健康診査の種類	特定健康診査	後期高齢者医療健康診査
ご加入の健康保険	一宮市国民健康保険	愛知県後期高齢者医療
健診対象者	① 4月1日時点の加入者で以下の方 ・今年度に40歳～74歳になる方 ・今年度に75歳になる方で、 8月～翌3月生まれの方  ※4月2日以降に資格取得された方で、受診を希望される方は、保険年金課まで申し出ください（来庁不要。電話で可）。資格取得届出時期と申し出時期によっては、受診券を発行可能です。	① 4月1日時点の加入者（以下の方） ・75歳以上の方 ・一定の障害があると認められた65歳以上の方  ② 今年度に75歳になる方で、 4月～7月生まれの方  昭和16年4月～7月 生まれの方はご注意ください!
受診券の 送付時期	4月下旬に送付 ただし、平成28年4月以降に国保資格の取得の届出があり、さかのぼって4月1日に資格がある方は、届出月の翌月の下旬  昭和16年8月～10月生まれの方は有効期限にご注意を!	4月下旬に送付 ただし、上記の②に該当する方は、 誕生月の翌月の下旬  ※現在一宮市国保に加入し、今年度75歳になる5月～7月生まれの方で、左の特定健康診査を希望される方は、誕生日の前日が有効期限の受診券を発行することができます。保険年金課まで申し出ください。
受診期間	5月1日（日）～10月31日（月）	
自己負担	なし（無料）	
健診対象外となる方	一宮市国保の資格を喪失された方 （市外転出、職場の健康保険への加入など）	市外へ転出された方
	・病院等で6か月以上継続して入院されている方や、妊産婦の方 ・特別養護老人ホーム等や、障害者支援施設等に入所されている方 など	
健診項目	基本的な健診項目	全員の方に、以下の健診項目を実施 ・問診 ・身体診察 ・身体計測（身長、体重、BMI、腹囲（特定健康診査のみ）） ・血圧測定 ・血液検査（脂質、血糖、肝機能、腎機能） ・尿検査（糖、たん白） ※平成28年度から血液検査でアルブミン（肝機能）・尿酸（腎機能）を追加実施
	詳細な健診項目	一定の基準の下、医師が必要と認めた場合に、以下をあわせて実施 ・貧血検査 ・心電図検査 ・眼底検査
健診結果説明	医師が、結果説明とともに、生活習慣改善に関する情報提供を行います。受診した医療機関へお出かけください。 ※医療機関で結果通知表をお渡します。 （市から結果通知表は送付しません）	医師が、結果説明を行います。受診した医療機関へお出かけください。 ※結果は、健康手帳に記帳します。
特定保健指導	対象となる方は、健診の結果説明時に、保健指導の初回面接をあわせて実施	なし

特定健康診査に関するお問い合わせは、加入されている医療保険者（健康保険証発行元）へご確認ください。  
 保険年金課 ☎28-8669（一宮市国保にご加入の方） ☎28-8985（後期高齢者医療にご加入の方）

# 元気応援高齢者把握のための 基本チェックリスト(問診票)を送付します。

もっと元気に  
いつまでも元気に



基本チェックリストとは、日常生活を送るための心身の能力が低下していないかを調べるためのものです。市から、3年に一度、基本チェックリストを送付しますので、記入して返送してください。

## その結果、**元気応援高齢者=介護予防が必要な方**

と判断された場合は、介護予防事業の案内をお送りしますので、ぜひご参加ください。

### ◆対象

介護保険の要支援・要介護認定を受けていない方で、下記の生まれの方(3年に1度の実施となります)

実施年度	生まれた年						
	平成28年度	昭和26年	昭和23年	昭和20年	昭和17年	昭和14年	昭和11年
昭和 5年		昭和 2年	大正13年	大正10年	大正 7年	大正 4年	大正 元年
明治45年		明治42年					

### ◆送付時期

基本チェックリストの送付時期は、誕生月ごとに異なります。

- ・ 1月 ~ 4月生まれの方 → 5月に送付
- ・ 5月 ~ 8月生まれの方 → 8月に送付
- ・ 9月 ~ 12月生まれの方 → 12月に送付



必ず返送して  
ください。  
お願いします。

基本チェックリストや介護予防事業の実施について、詳しいことは高年福祉課までお尋ねください。

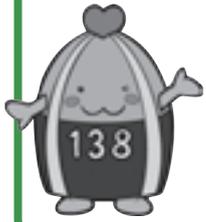
【問い合わせ】 高年福祉課 ☎28-9151

## 基本チェックリスト(問診票)

## 見本

No.	質問項目	いずれかの( )に○	
1	バスや電車で1人で外出していますか	( )はい	( )いいえ
2	日用品の買物をしていますか	( )はい	( )いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか	( )はい	( )いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	( )はい	( )いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	( )はい	( )いいえ
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	( )はい	( )いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	( )はい	( )いいえ
8	15分位続けて歩いていますか	( )はい	( )いいえ

※実際の基本チェックリスト(問診票)は25項目の質問項目があります。



# ふせごう! 高齢者・障害者虐待

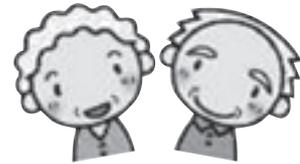
目配り・気配り・声の掛け合い!  
地域の力で高齢者・障害者虐待を防ぎましょう

## ◆高齢者・障害者虐待ってどんなこと?

- ・殴る、蹴る、つねる、正当な理由なく縛りつける、閉じ込める。…………… 身体的虐待
- ・食事や入浴、洗濯、排せつなどの世話や介助をしない。…………… 放棄・放任
- ・本人の同意なしに本人の財産や年金、賃金などを勝手に使う。…………… 経済的虐待
- ・侮辱したり拒絶したりして、精神的な苦痛を与える。…………… 心理的虐待
- ・無理やりわいせつなことをしたり、させたりする。…………… 性的虐待

高齢者・障害者虐待の背景には、介護疲れや経済的困窮など様々な問題が潜んでいます。

気がつかないうちに高齢者・障害者虐待に至ってしまっていることもあり、悪気のないこともあります。早期に対応することで解決することがたくさんありますので、ご家族や地域のみなさんで「おや?おかしいな」と思うことがあったそのときに、下記までご連絡ください。



## 【高齢者虐待の連絡先】 高年福祉課 ☎28-9151

お住まいの地域の地域包括支援センター（緊急の虐待通報等は24時間対応）

お住まいの地域	センター名	電 話
神山、今伊勢町、奥町	や す ら ぎ	61-3350
葉栗、北方町、木曾川町	コムネックスみづほ	86-5333
西成、浅井町	ア ウ ン	51-1384
向山、富士、丹陽町、千秋町	ち あ き	81-1711
大和町、萩原町	萩 の 里	67-3633
起、小信中島、三条、大徳、朝日、開明	泰 玄 会	61-8273
宮西、貴船、大志	ま ち な か	85-8672

## 【障害者虐待の連絡先】 障害者虐待防止センター ☎090-1470-5663 （緊急の虐待通報は24時間対応）

福祉課 ☎28-8619

お住まいの地域の障害者相談支援センター ~~（緊急の虐待通報は24時間対応）~~

お住まいの地域	センター名	電 話
西成、浅井町、千秋町	あ す か	81-7260
萩原町、起、小信中島、三条、大徳、朝日、開明	ゆ ん た く	64-5882
宮西、今伊勢町、奥町	い ま い せ	45-1120
丹陽町、大和町	ピ ー ス	46-5009
葉栗、北方町、木曾川町	夢 う さ ぎ	86-4003
貴船、神山、大志、向山、富士	い ち の み や	62-8678

# がん等を早期発見するための検診です

～早期発見・早期治療のために、検診を受けましょう～

◎一宮市民の方で勤務先などで検診を受ける機会のない方が対象です。  
各検診は1年度ひとり1回の受診に限ります。2回以上の受診が判明した場合、2回目以降の検診費用はご負担していただくことになります。

	対 象 者	内 容	一部負担金
胃 がん 検 診	平成28年度に40歳以上になる方 (昭和52年3月31日以前に生まれた方)	問診、胃部X線直接撮影	2,000円
大 腸 がん 検 診	平成28年度に40歳以上になる方 (昭和52年3月31日以前に生まれた方)	問診、便潜血反応検査(2日法)	500円
肺がん・結核検診(※1)	平成28年度に40歳以上になる方 (昭和52年3月31日以前に生まれた方)	問診、胸部X線直接撮影 がくたん検査(必要な方に実施)	無 料 1,000円
肝 炎 ウィルス 検 査	・平成28年度に40歳になる方 (昭和51年4月1日～昭和52年3月31日生まれの方) ・昭和51年3月31日以前に生まれた方で、これ までに肝炎ウイルス検査をしたことがない方	B型・C型肝炎ウイルス検査	無 料
前 立 腺 がん 検 診	昭和41・36・31・26・21・16・11・6・1年・大正15年… 生まれの男性(平成28年中に「50歳以上5歳間隔の 節目年齢」になる男性)	PSA(前立腺特異抗原)検査 (血液検査)	1,500円
乳 がん 検 診(※2)	平成28年度に40歳以上になる女性 (昭和52年3月31日以前に生まれた女性) ※ただし、平成27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。 (平成28年度の無料クーポン券対象者を除く)	問診、視診、触診、 マンモグラフィ検査	500円
	無料クーポン券対象者(7ページ参照)		無 料
子 宮 頸 がん 検 診	平成28年度に20歳以上になる女性 (平成9年3月31日以前に生まれた女性)	問診、視診、細胞診、内診	1,000円
	無料クーポン券対象者(7ページ参照)		無 料
結 核 検 診	平成28年度に16歳以上39歳以下の方 (昭和52年4月1日～平成13年3月31日生まれの方)	問診、胸部X線直接撮影	無 料
生活保護受給者の方 の特定健康診査(※3)	平成28年度に40歳以上になる方 (昭和52年3月31日以前に生まれた方)	問診、身体診察、身体計測、 血圧測定、血液検査、尿検査他	無 料
節 目 歯 周 病 検 診	昭和51・46・41・36・31・26・21年生まれの方	一般歯科健康診査、歯周病診査	無 料

※1 肺がん検診は結核検診を併せて行います。65歳以上の方は、結核を発病しやすいため、毎年検診を受けましょう。

※2 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、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は受診できません。

※3 健康診査受診券(兼申込書)及び確認書と特定健康診査受診票が必要です。事前に生活福祉課で発行を受けてお持ちください。

**実施期間** 5月1日(日)～10月31日(月)

乳がん検診、子宮頸がん検診、節目歯周病検診は12月末まで 診療時間内

**実施場所** 市内協力医療機関(8・9ページ参照)

**持ち物** 健康保険証など(年齢・住所が確認できるもの)、健康手帳(お持ちの方はご持参ください。)

**申し込み** 直接各医療機関へお申し込みください。なお、予約が必要な医療機関もありますので、ご確認ください。  
10月は、医療機関が混雑しますので早めに受診しましょう。

**注意事項** 検診のほかに診察を受けられた場合は、診察代が必要となります。

また、検診の結果、詳しい検査や治療を行う場合は、別途費用が必要となります。

結果の説明を受ける際には健康保険証をご持参ください。



## ☆☆☆一部負担金の免除について☆☆☆

次のいずれかに該当する方は、一部負担金が免除になります。

- ①75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
- ②生活保護世帯の方
- ③市民税非課税世帯の方(世帯全員の方が非課税です)

①に該当する方・医療機関の窓口の後期高齢者医療被保険者証をご提示ください。

②または③に該当する方・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。

生活保護・市民税非課税  
世帯の方は、受診する前  
に申請してください。

# がん検診の無料クーポン券を5月上旬に送付します

国のがん対策事業の一環として、乳がん検診、子宮頸がん検診が無料で受けられるクーポン券を配布します。ぜひ、この機会に、がん検診を受けてください。

## 対象者

### ○乳がん検診

- 平成27年4月2日から平成28年4月1日までの間に40歳になられた女性

40歳	昭和50年4月2日～昭和51年4月1日生まれ
-----	------------------------

### ○子宮頸がん検診

- 平成27年4月2日から平成28年4月1日までの間に20歳になられた女性

20歳	平成7年4月2日～平成8年4月1日生まれ
-----	----------------------

## 検診方法

- 乳がん検診………問診、視診、触診、マンモグラフィ検査
- 子宮頸がん検診………問診、視診、細胞診、内診

## 有効期限

平成28年12月末 診療時間内

## 実施場所

市内協力医療機関（8ページ参照）

## 持ち物

クーポン券、健康保険証など（年齢・住所が確認できるもの）、健康手帳（お持ちの方はご持参ください。）

## 注意事項

職場などで、上記のがん検診を受ける機会のある方は、そちらを優先してください。この場合、クーポン券は使用できません。

下記の  
生年月日の方

# 初めて乳がん検診・子宮頸がん検診を受ける方へ

女性特有のがんに対し、がん検診の受診を促進し、がんの早期発見を図るため、下記の生年月日の方で**過去5年間（平成23年度から平成27年度までの間）に一度も乳がん検診・子宮頸がん検診を受けたことがない方**には、市が行う検診費用が無料となるクーポン券をお渡しします。個別に通知しませんので、該当すると思われる方は、**検診を受ける前**に中保健センター（☎72-1121）へご連絡ください。確認のうえ、該当する方に無料クーポン券を送付します。なお、検診方法等は上記のとおりです。

### ○乳がん検診

- 平成27年4月2日から平成28年4月1日までの間に45歳、50歳、55歳、60歳になられた女性

乳がん検診対象者	
45歳	昭和45年4月2日～昭和46年4月1日生まれ
50歳	昭和40年4月2日～昭和41年4月1日生まれ
55歳	昭和35年4月2日～昭和36年4月1日生まれ
60歳	昭和30年4月2日～昭和31年4月1日生まれ

### ○子宮頸がん検診

- 平成27年4月2日から平成28年4月1日までの間に25歳、30歳、35歳、40歳になられた女性

子宮頸がん検診対象者	
25歳	平成 2年4月2日～平成 3年4月1日生まれ
30歳	昭和60年4月2日～昭和61年4月1日生まれ
35歳	昭和55年4月2日～昭和56年4月1日生まれ
40歳	昭和50年4月2日～昭和51年4月1日生まれ

# 不妊治療費補助制度が拡充・変更されました!

一般不妊治療費補助制度		特定不妊治療費補助制度（市単独事業）	
<ul style="list-style-type: none"> <li>産科・婦人科等で受けた医療（健康）保険適用外の人工授精（一宮市に住所を有する期間に受けた治療）</li> <li>当該補助金申請に係る治療開始日時時点の妻の年齢が、43歳未満であること</li> </ul>	申請条件（抜粋）	指定医療機関で受けた医療（健康）保険適用外の体外受精・顕微授精（愛知県の特定不妊治療費助成金が交付され、一宮市に住所を有する期間に受けた治療で、男性不妊治療を除く）	
自己負担額の1/2（補助期間は補助開始月から2年間で、1年度あたり上限4万5千円）	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（申請できる回数は通算2回） ※申請ごとの上限額は、申請に係る治療開始日が、 ・平成28年3月31日以前の場合 5万円 ・平成28年4月1日以降の場合 10万円	
平成28年3月から平成29年2月までの治療分は、平成28年4月から平成29年3月27日まで	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	

（注）補助対象となるには、上記以外にも所得制限等の条件を満たし、書類の提出が必要となります。下線部が、平成28年4月から制度変更されました。詳しくは、保健センターへお尋ねください。

# 健診等協力医療機関一覧表

平成28年4月1日現在

連区	医療機関名	電話番号	特定健診等※	胃がん	大腸がん	肺がん・結核	肝炎ウイルス	前立腺がん	乳がん	子宮頸がん
宮西	足立産婦人科	24-0522	●	—	—	—	—	—	—	—
	伴医院	72-8548	●	●	●	●	●	●	●	—
	真清田クリニック	24-0311	●	●	●	●	●	●	●	—
	森内科	71-8054	—	●	●	●	●	●	●	—
貴船	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	中山医院	72-5070	●	●	●	●	●	●	—	—
	宮地内科医院	73-3032	●	●	●	●	●	●	—	—
	可世木レディースクリニック	47-7333	—	—	●	—	—	—	—	●
	加藤クリニック	44-6688	●	●	●	●	●	●	—	—
神山	木村医院	45-7528	●	●	●	●	●	●	—	—
	こたまで内科クリニック	71-1270	●	●	●	●	●	●	—	—
	杉山脳神経外科	45-1250	●	—	●	●	●	●	—	—
	瀧消化器内科クリニック	47-7023	●	●	●	●	●	●	—	—
大志	富田医院	45-0148	●	●	●	●	●	●	—	—
	内科ののがき	45-8811	●	●	●	●	●	●	—	—
	山下病院健診センター	46-1520	—	●	●	—	—	—	●	—
	吉田内科医院	45-3404	●	—	●	—	—	—	—	—
向山	渡辺外科	45-3400	●	●	●	●	●	●	—	—
	いしづろ内科	71-2525	●	●	●	●	●	●	—	—
	鶴飼医院	73-8337	●	—	●	—	●	●	—	—
	桜井クリニック	73-3790	●	—	●	●	●	●	—	—
富士	しみず内科クリニック	72-3348	●	●	●	●	●	●	—	—
	田中クリニック	72-2686	●	●	●	●	●	●	—	●
	野村医院	72-2464	●	●	●	●	●	●	—	—
	原内科	24-3503	—	—	●	●	—	—	—	—
葉栗	岩田整形外科医院	73-3234	●	—	—	—	—	—	—	—
	加固内科クリニック	72-2425	●	●	●	●	●	●	—	—
	ぎむら胃腸科外科内科	28-8880	●	●	●	●	●	●	—	—
	森瀬内科	72-2517	●	●	●	●	●	●	—	—
西成	大久保外科	72-8891	●	—	●	—	●	—	—	—
	黒田皮フ科	71-5137	—	—	●	—	—	—	—	—
	大雄会第一病院	72-1211	—	—	—	—	—	—	●	—
	大雄会第一病院健診センター	26-2008	—	—	—	—	—	—	—	●
丹陽町	平野内科	71-7733	●	●	●	●	●	●	—	—
	ひらまつ小児クリニック	71-3833	●	—	●	●	●	●	—	—
	杉田内科	24-1241	●	●	●	●	●	●	—	—
	瀨川医院	51-3000	●	●	●	●	●	●	—	—
三條	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	●	●	●	●	●	●	—	—
	あらいファミリークリニック	76-6561	●	●	●	●	●	●	—	—
大徳	いそむらファミリークリニック	72-7111	●	●	●	●	●	●	—	—
	大山医院	73-3853	●	●	●	●	●	●	—	—
	ぎし整形外科	51-7517	●	—	●	—	●	—	—	—
	岸内科	77-3991	●	●	●	●	●	●	—	—
朝日	くまざわ医院	53-1860	●	●	●	●	●	●	—	—
	孝友クリニック	75-5559	●	—	●	●	●	●	—	—
	坂田内科	71-3488	●	●	●	●	●	●	—	—
	つがはレディースクリニック	81-8000	—	—	—	—	—	—	—	●
開明	西脇医院	77-4622	●	●	●	●	●	●	—	—
	はるかメンタルクリニック	75-1711	—	—	—	—	—	—	—	●
	はんじごどもクリニック	85-5131	—	—	—	—	—	—	—	—
	松前内科医院	81-7001	●	●	●	●	●	●	—	—
浅井町	水野医院	77-3227	●	●	●	●	●	●	—	—
	YUKI皮フ科クリニック	51-1380	●	—	●	●	●	●	—	—
	丹陽クリニック	75-3455	●	—	●	●	●	●	—	—
	どうけ内科クリニック	75-1660	●	—	—	●	●	●	—	—
大和町	野村内科	24-0350	●	●	●	●	●	●	—	—
	むらせクリニック	23-1818	●	—	●	●	●	●	—	—
	浅井森医院	78-0411	●	●	●	●	●	●	—	—
	いとう整形外科	53-3787	●	—	●	●	—	—	—	—
木曾川町	稲垣医院	51-4321	●	●	●	●	●	●	—	—
	しがファミリークリニック	78-6527	●	—	●	●	●	●	—	—
	尾洲病院	51-5522	●	●	●	●	●	●	—	—
	みつばクリニック	53-3777	●	—	●	●	●	●	—	—
大和町	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	●	—	●	●	●	●	—	—

連区	医療機関名	電話番号	特定健診等※	胃がん	大腸がん	肺がん・結核	肝炎ウイルス	前立腺がん	乳がん	子宮頸がん	
大和町	しみずファミリークリニック	47-7200	●	●	●	●	●	●	—	—	
	整形外科内西医院	43-7814	●	●	●	●	●	●	—	—	
	つだハートクリニック	47-5600	●	—	●	●	●	●	—	—	
	つつい内科クリニック	43-1711	●	●	●	●	●	●	—	—	
	てしがわらレディースクリニック	43-7788	—	—	—	—	—	—	—	●	
	平谷小児科	45-2588	●	—	●	—	●	●	—	—	
	ふしなみ整形外科	43-7777	●	—	●	—	●	●	—	—	
	やまだクリニック	44-0011	●	●	●	●	●	●	—	—	
	やまだクリニック(乳がん検診予約専用)	44-3711	—	—	—	—	—	—	—	●	
	大和南クリニック	44-2700	●	—	●	—	●	●	—	—	
	米本医院	45-4355	●	●	●	●	●	●	—	—	
	今伊勢町	あさいクリニック	43-1053	●	●	●	●	●	●	—	—
石黒クリニック		71-1496	●	●	●	●	●	●	—	—	
いしだ内科クリニック		47-4111	●	●	●	●	●	●	—	—	
今伊勢よしかわクリニック		64-8666	●	●	●	●	●	●	—	—	
腎泌尿器科 河合クリニック		47-4145	●	—	●	—	●	●	—	—	
すぎやま内科クリニック		48-5000	●	●	●	●	●	●	—	—	
高御堂内科		24-3030	●	—	●	—	●	●	—	—	
宮本医院		73-6621	●	—	●	—	●	●	—	—	
萩原町		あさの内科クリニック	63-3700	●	●	●	●	●	●	—	—
		いくた内科クリニック	64-1102	●	●	●	●	●	●	—	—
		はらだ内科クリニック	62-4857	●	●	●	●	●	●	—	—
		朝宮加藤医院	68-0005	●	—	●	—	●	●	—	—
千秋町	今川内科	69-2092	●	●	●	●	●	●	—	—	
	加藤レディースクリニック	68-1011	—	—	—	—	—	—	—	●	
	後藤小児科医院	68-0047	●	—	●	—	●	●	—	—	
	酒井内科	69-7321	●	●	●	●	●	●	—	—	
起	橋本内科クリニック	67-1515	●	—	●	—	●	●	—	—	
	森中央クリニック	68-5355	●	●	●	●	●	●	—	—	
	愛北ハートクリニック	81-0555	●	●	●	●	●	●	—	—	
	磯村医院	81-0680	●	●	●	●	●	●	—	—	
小島	小野木外科	77-5721	●	●	●	●	●	●	—	—	
	金子産婦人科	75-0770	●	—	●	—	●	—	—	●	
	クリニックちあき	81-1160	●	—	●	—	●	—	—	—	
	千秋病院	77-0012	●	●	●	●	●	●	—	—	
三條	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	●	●	●	●	●	●	—	—	
大徳	入山医院	62-5410	●	●	●	●	●	●	—	—	
	寛医院	62-5800	●	●	●	●	●	●	—	—	
	こしの内科	62-1121	●	●	●	●	●	●	—	—	
	泰玄会病院	61-2121	—	—	—	—	—	—	—	●	
朝日	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	●	—	●	—	●	—	—	—	
開明	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	—	—	—	—	—	—	—	—	
	太田内科クリニック	64-3223	●	●	●	●	●	●	—	—	
木曾川町	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	—	—	—	—	—	—	—	—	
	兵藤ごどもクリニック	64-1388	—	—	—	—	—	—	—	●	
大和町	かわむら内科循環器科	69-8080	●	—	●	—	●	—	—	—	
	くまはら医院	69-1387	●	●	●	●	●	●	—	—	
	ごとう内科クリニック	64-8755	●	—	●	—	●	—	—	—	
	一宮西病院健診センター	48-0088	—	—	—	—	—	—	—	●	
大和町	井上内科クリニック	64-0003	●	●	●	●	●	●	—	—	
	開明クリニック	47-4133	●	—	●	—	●	—	—	—	
	かまた整形外科	47-0137	—	—	—	—	—	—	—	—	
	後藤マタニティクリニック	62-7855	—	—	—	—	—	—	—	●	
大和町	一宮市立木曾川市民病院	86-2173	—	●	—	—	—	—	—	—	
	おじお内科	87-3663	●	●	●	●	●	●	—	—	
	国井病院	87-5505	●	●	●	●	●	●	—	—	
	こざわクリニック	87-1119	●	●	●	●	●	●	—	—	
大和町	五藤医院	87-7800	●	●	●	●	●	●	—	—	
	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	●	●	●	●	●	●	—	—	
大和町	とまだクリニック	84-3777	●	●	●	●	●	●	—	—	
	皮フ科内科よこたクリニック	86-8100	●	—	●	—	●	—	—	—	
	藤クリニック	64-7556	●	—	●	—	●	—	—	—	
	松原クリニック	84-1551	●	●	●	●	●	●	—	—	

健康診査および各種検診は、『●』印の医療機関で実施しています。  
 『肺』印は肺がん検診のみ、『結』印は結核検診のみ実施する医療機関です。  
 連区に関係なくどの医療機関でも受診できます。  
 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。

※一宮市国民健康保険加入の方および75歳以上の後期高齢者医療制度に加入の方等の健康診査

# 節目歯周病検診・妊産婦歯科健康診査 協力歯科医療機関一覧表

平成28年4月1日現在

連区	医療機関名	電話番号
宮西	磯村歯科クリニック	73-3600
	滝歯科医院	72-2351
	伴歯科医院	23-4182
貴船	文京歯科医院	72-1118
	三輪デンタルクリニック	82-7738
	あいグローデンタルクリニック	71-1115
神山	足立歯科医院	72-7311
	石黒歯科	71-0223
	斉藤歯科医院	24-3811
	坂井田歯科医院	73-4255
	すみ歯科	24-0069
	竹中歯科医院	24-4852
大志	中山歯科医院	72-1535
	鈴木歯科	46-0810
	墨歯科医院	45-8224
	ソプエ歯科	45-2433
	テンサン歯科医院	48-4088
	とまつ歯科医院	44-8686
	ミキ歯科クリニック	48-5358
	ミルクーウェイデンタルクリニック	24-5196
	渡辺歯科医院	44-1649
	いとう歯科医院	26-1212
向山	長谷川歯科	71-5230
	ヒロ歯科室	23-2800
	藤橋歯科医院	72-6002
	本町歯科	24-3800
	牧歯科	26-1482
	まごころ歯科	71-8548
富士	大島歯科クリニック	24-2616
	田島歯科医院	24-9133
	平山歯科医院	24-7244
	前岡歯科医院	72-3122
	みずの歯科	26-0620
	ア歯科診療所	72-7988
栗	大滝歯科医院	72-1155
	桜井歯科	72-4618
	とみたデンタルクリニック	77-1118
	日野歯科医院	24-1206
	みどり歯科	24-6480
	山口歯科医院	71-0418
	岩崎歯科医院	51-2022
	ごとう歯科医院	78-7870
	ののがき歯科医院	73-4182
	菱川歯科医院	51-6628
西成	ふるの歯科医院	51-7676
	足立歯科クリニック	77-4500
	安藤歯科医院	77-2053
	イソベ歯科医院	76-8143

連区	医療機関名	電話番号
西成	オーキッド歯科	76-7722
	おろし歯科医院	77-1411
	かとう歯科クリニック	81-1182
	こいわ歯科医院	77-1182
	(医)明典会 タナカ歯科	24-0418
	津田歯科クリニック	75-0418
	なかお歯科	81-0020
	西成歯科医院	77-8148
	はら歯科クリニックSEBE	53-6333
	松浦歯科医院	78-2999
丹陽	モリソン 歯科	77-8123
	石浩歯科	76-6106
	泰歯科	77-3941
	野口歯科医院	76-5412
	はなみずき歯科	64-8719
	陽だまり歯科	81-4618
	森本歯科医院	24-6088
	けい歯科クリニック	51-5133
	こしま歯科	78-8548
	しばた歯科	78-8041
浅井	はたさ歯科医院	78-8510
	森歯科医院	51-2991
	悠和歯科クリニック	51-1112
	脇田歯科医院	78-8148
	根尾歯科医院	87-3344
	丸井歯科医院	87-3232
	リキデンタルオフィス	84-4182
	あい歯科医院	44-0843
	鹿島歯科クリニック	46-1551
	苺安賀歯科クリニック	85-7973
大和	桜木歯科医院	45-0418
	高橋歯科医院	44-7265
	徳田歯科医院	46-1182
	(医)丹羽歯科	44-1589
	のぞみ歯科	46-1415
	はないけ歯科	44-6480
	ひらみつ歯科	43-8070
	まえたデンタルクリニック	46-8143
	むらかみ歯科	46-6480
	やまと歯科医院	43-3958
今伊勢	吉本歯科	43-0124
	今伊勢歯科医院	52-5353
	いまえた歯科	73-8500
	大橋歯科医院	73-1135
	小林歯科	46-4888
	とむ歯科クリニック	44-4618
	(医)ノダ歯科クリニック	72-4182
	ハヤシ歯科クリニック	46-2218
	ムラタ歯科	71-8148

連区	医療機関名	電話番号
奥町	岩田歯科医院	63-4182
	キフネ歯科	64-1188
	五藤歯科クリニック	61-3339
	鈴木歯科医院	64-1182
	古澤歯科	62-9188
萩原	鶴飼歯科医院	68-3316
	加藤歯科	69-3515
	川崎歯科医院	68-0303
	中島歯科医院	68-0854
	はやせ歯科口腔外科	68-1728
千秋	ファミリー歯科クリニック	69-4618
	堀田歯科	69-3511
	(医)育徳会 磯村歯科医院	76-4258
	かみむら歯科クリニック	81-0418
	岸歯科医院	77-4488
起	さとう歯科	81-6480
	しもさと歯科医院	76-1616
	千秋病院	77-0012
	竹中歯科医院	62-1048
	浅井歯科	62-4803
小島	加納歯科医院	62-3896
	岩田歯科クリニック	62-1282
	さくデンタルクリニック	64-8714
	さわだ歯科	63-1188
	森島歯科医院	62-5891
三條	よこい歯科医院	63-4180
	あきお歯科	44-9273
	葛谷ファミリー歯科	46-0050
	三條歯科クリニック	61-4160
	柴山歯科医院	44-6474
大徳	清水歯科	61-1280
	水谷歯科	62-8815
	浅野歯科	63-4567
	伊藤歯科	62-8822
	きたいま歯科	62-2497
朝日	小塚歯科医院	61-4588
	ひまわり歯科医院	64-0707
	青山歯科医院	68-2100
	玉野歯科	68-1108
	山内歯科医院	69-7722
開明	木曾原歯科医院	45-8458
	つぎはし歯科	64-0089
	モリ歯科	46-2555
	おうぎ歯科	87-4983
	カワイ歯科	87-3444
木曾川	木曾川歯科医院	87-1222
	(医)くずや歯科	86-6311
	五藤歯科医院	87-0136
	さとう歯科	86-6993
	墨歯科医院	86-3337
奥町	たがやキッズ&ファミリーデンタルクリニック	64-8880
	にしかわ歯科クリニック	84-4181

連区に関係なくどの歯科医療機関でも受診できます。  
予約が必要な歯科医療機関もありますのであらかじめご確認ください。

## ご自宅で歯の治療が受けられます！

病気や高齢などで歯科医院への通院が困難な方はご相談ください。

**相談窓口** 一宮市歯科医師会 在宅歯科医療連携室  
☎ 24-2872(連携室専用ダイヤル)

**相談時間** 月～金曜日 午前9時～12時 午後1時～5時  
(祝日・年末年始を除く)





# 成人用肺炎球菌予防接種のご案内

平成26年10月から、成人用肺炎球菌予防接種が定期接種となりました。肺炎球菌は肺炎、気管支炎、副鼻腔炎、中耳炎、髄膜炎などを起こす細菌のひとつであり、特に高齢者の肺炎の約半数は、肺炎球菌が原因とされています。肺炎球菌ワクチンは肺炎のすべてを予防するワクチンではありませんが、接種することによって予防効果が期待されますので、この機会を逃さずに接種を受けてください。

## 対象者

一宮市民の方で、接種時に次の条件を満たす方

①65歳の方(下記の経過措置があります)

②60歳以上の方で、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

### 【経過措置】

平成26年度～平成30年度までの間は、当該年度に70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方も対象となります。

### 【平成28年度の対象者】

下記の生年月日の方には、平成28年4月中旬に案内ハガキを送付しました。

(ただし、過去に肺炎球菌ワクチンを接種していると市が把握している方は除きます。)

年齢	生年月日
65歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日
70歳	昭和21年4月2日～昭和22年4月1日
75歳	昭和16年4月2日～昭和17年4月1日
80歳	昭和11年4月2日～昭和12年4月1日
85歳	昭和 6年4月2日～昭和 7年4月1日
90歳	大正15年4月2日～昭和 2年4月1日
95歳	大正10年4月2日～大正11年4月1日
100歳	大正 5年4月2日～大正 6年4月1日



## 実施期間

平成28年4月1日(金)～平成29年3月31日(金)

## 実施場所

予防接種協力医療機関(10ページ参照)

(上記以外の医療機関で接種を希望される場合は、中保健センターにご相談ください。)

## 接種回数

1回(ただし、過去に接種を受けたことがある方は公費で接種できません。)

## 一部負担金

2,000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(要印鑑)を受けて、医療機関にお持ちください。

## 持ち物

対象者①の方、及び経過措置に該当する方

…案内ハガキ、健康保険証など(年齢、住所が確認できるもの)

対象者②の方…身体障害者手帳、健康保険証など(年齢、住所が確認できるもの)

## その他

接種前に、接種の必要性、効果及び副反応について十分理解したうえで接種を受けてください。

※国の方針は今のところ、一生に1回の接種となっています。接種を希望される方は、期間内に接種することをお勧めします。

## 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

# 大人の風しん予防接種費用を助成

妊婦が風しんに感染すると、生まれてくる子どもが先天性風しん症候群となる恐れがあります。そこで、市では妊娠を予定又は希望している女性で、風しんに対する免疫が不十分と判断された方に対して、風しん予防接種費用の一部を助成しています。

## 対象者

一宮市民の方で、①から③のすべてに該当する女性

①平成28年4月1日から平成29年3月31日までに風しん抗体検査（注1）を受けた方

②風しんに対する免疫が不十分（注2）と判断された方

③妊娠を予定又は希望している方

※ただし、経産婦、妊婦、過去に風しん予防接種歴および風しん既往歴がある方は対象外です。

（注1）愛知県では、現在、風しん抗体検査費用の助成を行っています。申請方法など詳しい内容は、一宮保健所（☎72-0321）へお問い合わせください。

（注2）「風しんに対する免疫が不十分」とは、風しん抗体検査の結果が「HI法によるHI抗体価が16倍以下」又は「EIA法によるEIA価が8.0未満」の方です。上記以外の検査方法による場合は、中保健センター（☎72-1121）へお問い合わせください。

## 実施期間

平成28年4月1日（金）～平成29年3月31日（金）

## 実施場所

市内協力医療機関（市ウェブサイトをご覧ください）

## 助成金額

5,000円（助成は1回のみ）

※ただし、生活保護世帯の方には接種費用の全額を助成します。

## 助成方法

### 予防接種前に申請する場合

- ①医療機関で抗体検査を受ける。（平成28年4月1日以降の検査に限る。）
- ②風しんに対する免疫が不十分と判断された場合、保健センターへ「風しん抗体検査の結果が分かるもの」を持参し、申請する。「風しんワクチン接種助成券」の交付を受ける。
- ③接種を希望する市内の協力医療機関に予約する。
- ④接種時に医療機関へ「風しんワクチン接種助成券」を提出し、各医療機関が定める予防接種料金から助成金額5,000円を差し引いた金額を支払う。

### 予防接種後に申請する場合

- ①医療機関で抗体検査を受ける。（平成28年4月1日以降の検査に限る。）
- ②風しんに対する免疫が不十分と判断された場合、医療機関で予防接種を受ける。
- ③医療機関で接種費用の全額を支払い、「風しん抗体検査の結果が分かるもの」と領収書を受け取る。
- ④下記の持ち物を持参して保健センターで申請する。
  - ・風しん抗体検査の結果が分かるもの
  - ・領収書（原本） ※接種したワクチン名、接種日、接種金額が分かるもの
  - ・振込先が確認できるもの
  - ・印鑑

## 注意事項

- ・平成28年3月31日以前に実施した風しん抗体検査の結果では、助成の対象になりません。
- ・上記の実施期間以外でワクチンを接種した場合、助成の対象になりません。
- ・助成の対象は、麻しん・風しん混合ワクチンを接種した場合に限ります。風しん単体のワクチンを接種した場合、助成の対象になりません。



# 愛知県広域予防接種制度をご存知ですか？

予防接種の利便性、予防接種率の向上、健康被害の防止を図ることを目的として、下記に該当する方は、市内の医療機関に限らず、愛知県内の協力医療機関で予防接種を受けることができます。

ただし、事前に申請が必要となりますので、ご希望の方は中保健センター（☎72-1121）で申請をお願いします。

## 対象者

一宮市民の方で、次の①～④のいずれかに該当する方

- ①一宮市以外の市町村にかかりつけ医がいる方
- ②長期に入院治療を要し、市内の協力医療機関で予防接種を受けることが困難な方
- ③里帰り出産等のため、一宮市以外で予防接種を希望される方
- ④高齢者施設等に入所のため、一宮市以外で予防接種を希望される方

## 実施場所

愛知県内の協力医療機関（愛知県医師会ウェブサイト参照）

	子どもの定期予防接種	大人の定期予防接種
対象となる 予防接種	小児用肺炎球菌、ヒブ、BCG、 四種混合（ジフテリア・百日せき・破傷風・ ポリオ）、二種混合（ジフテリア・破傷風）、 ポリオ、麻しん・風しん混合、麻しん、風しん、 水痘、日本脳炎、子宮頸がん	成人用肺炎球菌、 高齢者インフルエンザ （高齢者インフルエンザの接種期間は 11月1日～1月31日）
一部負担金	無 料	成人用肺炎球菌 2,000 円 高齢者インフルエンザ 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。
申請方法	①愛知県内の協力医療機関へ連絡する。 ②事前に中保健センターへ連絡後、母子 健康手帳、予診票を持参し申請する。 ③中保健センターから予診票、許可書（連 絡票）を受け取る。 ④母子健康手帳、予診票、許可書（連絡票） を持参し、①の協力医療機関で予防接種 を受ける。	①愛知県内の協力医療機関へ連絡する。 ②事前に中保健センターへ連絡する。 ③中保健センターから予診票、許可書（連 絡票）を受け取る。 ④予診票、許可書（連絡票）を持参し、 ①の協力医療機関で予防接種を受ける。

※ なお、申請をされてから、許可書（連絡票）を発行するまでに1週間程度時間がかかります。

# 年長児相当・小学校6年生の保護者の方へ

麻しん・風しん混合（MR）2期、ジフテリア・破傷風二種混合（DT）2期の予防接種について、4月中旬に、平成28年度の予防接種の案内と予診票を個別に郵送しました。できる限り平成28年6月末までに接種を受けましょう。

また、他市町村からの転入で、予診票をお持ちでない方はご連絡ください。

## 実施期間

平成28年4月の予診票到着後～平成29年3月31日まで

※ただし、ジフテリア・破傷風二種混合（DT）2期については、13歳の誕生日の前日まで受けられます。

## 対象者

麻しん・風しん混合（MR）2期

平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれの子

ジフテリア・破傷風二種混合（DT）2期

平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれの子

※この接種を受けるには、三種混合（ジフテリア・百日せき・破傷風）

の予防接種を3回以上受けていることが必要です。

## 実施場所

市内協力医療機関（10ページ参照）

## 一部負担金

無 料

## 持ち物

母子健康手帳、予診票



# いちのみや健康マイレージにチャレンジすると

## 「まいか」と景品をプレゼント!

市では、皆さんの健康づくりを応援するため、平成27年4月から愛知県と協働で、「いちのみや健康マイレージ事業」を実施しています。あなたも健康維持、健康増進のために、なにか取り組みを始めてみませんか。

### 健康マイレージってなに?

- ◆皆さんが、運動や食事など、日頃の生活習慣改善に向けた取り組みにチャレンジすることや、特定健康診査を始めとした各種健診の受診、市が開催する健康講座などに参加することでポイントを獲得するものです。
- ◆一定のポイント獲得者には、県内の協力店で特典（サービス）が受けられる「あいち健康づくり応援カード! ~MyCa~(まいか)」を交付します。今年度から、『まいか』とともに景品もお渡しします。

### 「いちのみや健康マイレージ」の参加方法

#### スタート

参加対象：20歳以上の一宮市民の方

#### チャレンジシートを入手

チャレンジシートは保健センターでお渡しします。  
市ウェブサイトからもダウンロードできます。

いちのみや健康マイレージ

検索



#### チャレンジ開始

#### 健康マイレージのポイントを貯める

チャレンジシートは2種類あります。

##### ①毎日チャレンジ版

「栄養・食生活」、「身体活動・運動」、「歯の健康」、「こころの健康」、「アルコール・たばこ」など、自分の目標を設定し、毎日実践して、ポイントを集めてください。  
1日で1ポイント獲得。2か月以内に30ポイント貯まったら、「MyCa(まいか)」の交付申請ができます。

##### ②イベント参加版（スタンプラリー）

健康診査、いきいき健康づくり講座、栄養教室などに参加して、ポイントを集めてください。  
1イベントで1ポイント獲得。5ポイント貯まったら、「MyCa(まいか)」の交付申請ができます。

#### MyCa(まいか)の申請

ポイントが貯まったら、チャレンジシートに必要事項を記入して、保健センターへ申請してください。「MyCa(まいか)」を交付するとともに、景品を差し上げます。

※ ①・②両方のチャレンジシートに同時に参加することも可能です。ただし、「MyCa(まいか)」の交付は一人につき1枚です。

※ イベント参加版については、スタンプの個数によりさらに景品をプレゼントします。

#### MyCa(まいか)を使う

あいち健康マイレージ事業に協賛している協力店で、「MyCa(まいか)」を提示すると特典（サービス）が受けられます。サービスの内容は、各協力店により異なります。  
(例) お買い物総額の5%OFF、ドリンク1杯サービス など

### 「あいち健康づくり応援カード! ~MyCa~(まいか)」



<MyCa(まいか)見本>

あいち健康マイレージ

検索

※有効期限は交付日から1年間です。

#### 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

# ☆健康日本21いちのみや計画推進講座☆

市民の皆さんに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。

すべて  
いちのみや  
健康マイレージ  
対象事業です

## いきいき健康づくり講座

とき	ところ・申し込み	時間	テーマ	定員	講師
6月28日(火)	中保健センター ☎72-1121	午後2時～ 3時30分	糖尿病重症化予防 ～HbA1cが高いといわれたら～	30名	医師
7月 5日(火)	北保健センター ☎86-1611		こころのセルフケア ～ストレスと上手につきあおう～	30名	医師
7月 7日(木)	西保健センター (尾西庁舎3階) ☎63-4833		あなたの歯茎はピンク色? ～歯周病で歯を失わないために～	30名	歯科医師

【受付時間】 午後1時45分～2時

【持ち物】 健康手帳、いちのみや健康マイレージ用紙(お持ちの方)

【予約制】 5月2日(月)から申し込みを受け付けます。(定員になり次第しめきり)



## すっきり!運動教室

とき	ところ・申し込み	時間	内容	定員	担当
7月20日(水)	中保健センター ☎72-1121	午後2時～ 3時30分	運動の実技 ～サヨナラ内臓脂肪～	30名	保健師 健康づくり リーダー

【受付時間】 午後1時45分～2時

【持ち物】 健康手帳、バスタオル、タオル、お茶、いちのみや健康マイレージ用紙(お持ちの方)、ヨガマット(お持ちの方)  
※運動のできる服装、靴でお越しください。

【予約制】 5月2日(月)から申し込みを受け付けます。(定員になり次第しめきり)



## からだにやさしい栄養教室

※2日間コースです。

とき	ところ・申し込み	時間	内容	定員	担当
6月13日(月)	中保健センター ☎72-1121	午前10時～ 11時30分	さびない、酸化しない アンチエイジング食	20名	管理栄養士
7月29日(金)		午前10時～ 午後1時	調理実習		

【受付時間】 午前9時45分～10時

【持ち物】 健康手帳、いちのみや健康マイレージ用紙(お持ちの方)

\*調理実習:実習材料費350円、エプロン、三角巾、ふきん(2～3枚)をお持ちください。託児はありません。

【予約制】 5月2日(月)から申し込みを受け付けます。(定員になり次第しめきり)

禁煙

## 禁煙個別サポート

保健師が、希望者の方に一人ひとりに合った方法で禁煙をサポートし、3か月で禁煙成功をめざします。申し込みは、各保健センターで随時受け付けています。

### 禁煙個別サポートスケジュール

- ①申し込み後、初回面接。尿中ニコチン濃度検査、呼気一酸化炭素濃度検査(以下、検査)実施。⇒ 禁煙開始!
- ②1週間後面接。検査実施。離脱症状へのアドバイス。
- ③1か月後と2か月後に面接または電話で個別支援。
- ④3か月後面接。検査実施。禁煙継続に向けての支援。⇒ 禁煙成功!



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。

【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

ところ	月	日	対象児	月	日	対象児	受付時間
中保健センター	6	3日(金)	平成28年1月25日～ 2月26日生	7	1日(金)	平成28年2月27日～ 3月31日生	午後1時10分～2時
		17日(金)			15日(金)		
		24日(金)			22日(金)		
西保健センター	6	7日(火)	平成28年1月24日～ 2月19日生	7	5日(火)	平成28年2月20日～ 3月31日生	午後1時10分～2時
		21日(火)			19日(火) 26日(火)		
北保健センター	6	2日(木)	平成28年2月1日～ 2月29日生	7	7日(木)	平成28年3月1日～ 3月31日生	午前9時10分～10時
		16日(木)			21日(木)		

#### 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。

【持ち物】 母子健康手帳、質問票（事前の案内に同封）、歯ブラシ

ところ	月	日	対象児	月	日	対象児	受付時間
中保健センター	6	7日(火)	平成26年10月25日～ 11月20日生	7	5日(火)	平成26年11月21日～ 12月31日生	午後1時～2時
		21日(火)			12日(火) 19日(火)		
西保健センター	6	9日(木)	平成26年11月2日～ 12月3日生	7	14日(木)	平成26年12月4日～ 平成27年1月4日生	
		23日(木)			28日(木)		
北保健センター	6	2日(木)	平成26年10月27日～ 11月30日生	7	7日(木)	平成26年12月1日～ 平成27年1月5日生	
		16日(木)			21日(木)		

#### 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。

【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）

ところ	月	日	対象児	月	日	対象児	受付時間
中保健センター	6	2日(木)	平成25年4月24日～ 6月3日生	7	7日(木)	平成25年6月4日～ 6月30日生	午後1時～2時
		16日(木)			21日(木)		
		23日(木)					
西保健センター	6	1日(水)	平成25年4月18日～ 5月19日生	7	6日(水)	平成25年5月20日～ 6月20日生	
		15日(水)			20日(水)		
北保健センター	6	8日(水)	平成25年4月24日～ 5月20日生	7	13日(水)	平成25年5月21日～ 6月28日生	
		22日(水)			27日(水)		

#### 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。

【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

ところ	月	日	対象児	月	日	対象児	受付時間
中保健センター	6	16日(木)	平成26年5月1日～15日生	7	21日(木)	平成26年6月1日～15日生	午前9時～10時
		23日(木)	平成26年5月16日～31日生		28日(木)	平成26年6月16日～30日生	
西保健センター	6	2日(木)	平成26年5月1日～31日生	7	7日(木)	平成26年6月1日～30日生	
北保健センター	6	9日(木)	平成26年5月1日～31日生	7	14日(木)	平成26年6月1日～30日生	

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

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。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」



**マタニティマーク**  
妊産婦にやさしい環境づくりを推進するものです。

**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

ご準備いただくもの：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、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。

母と子のしおりの中の「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、尾西・木曾川窓口課、出張所の窓口へ提出してください。事前に連絡してから、お問い合わせします。

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。

【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

ところ	月	日	対象児	月	日	対象児	受付時間
中保健センター	6	1日(水)	平成27年8月8日～ 9月3日生	7	6日(水)	平成27年9月4日～ 9月30日生	午前9時～10時
		15日(水)			20日(水)		
西保健センター	6	7日(火)	平成27年8月4日～ 9月3日生	7	5日(火)	平成27年9月4日～ 10月4日生	
		21日(火)			19日(火)		
北保健センター	6	14日(火)	平成27年8月17日～ 9月3日生	7	12日(火)	平成27年9月4日～ 10月9日生	
					26日(火)		

**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
6月28日(火)	一宮市立市民病院 南館11階講堂	午後2時～ 3時30分	健康寿命・健康的な運動と食事の摂り方	理学療法士 栄養士
7月26日(火)			知って得する脳卒中の豆知識	脳卒中リハビリテーション 看護認定看護師

【対象】 患者及び地域の方

【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、また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 2004)

# 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回をとおしてご参加ください。  
\*参加できる方はパパも一緒にどうぞ。

**定員** 各30名(定員になり次第しめきり)  
\*5月2日(月)から申し込みを受け付けます。

ところ 申し込み	とき	1回目	2回目	3回目
西保健センター	6月	13日(月)	20日(月)	27日(月)
北保健センター	7月	8日(金)	15日(金)	22日(金)

**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

\*中保健センターは8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)  
\*5月2日(月)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
西保健センター	6月27日(月)
北保健センター	7月22日(金)

**とき** 午前9時20分～11時30分(受付9時～9時20分)  
**持ち物** 母子健康手帳、バスタオル、授乳物品

\*中保健センターは8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。  
\*5月2日(月)から申し込みを受け付けます。

ところ・申し込み	6月	7月
中保健センター	もぐもぐコース 7日(火)	ごっくんコース 5日(火)
尾西庁舎 5階 (申込：西保健センター)	ごっくんコース 16日(木)	もぐもぐコース 21日(木)
北保健センター	ごっくんコース 8日(水)	もぐもぐコース 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

## 幼児食教室 ～離乳食を卒業したら～

1歳～2歳頃の離乳食を卒業したお子さんの食事について大切なことやポイントを学びます。

**定員** 各30名…1回のみ参加です。  
**託児** 各20名…定員になり次第しめきり  
\*5月2日(月)から申し込みを受け付けます。



ところ・申し込み	とき
中保健センター	6月28日(火)
西保健センター	7月28日(木)

**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

\*北保健センターは8月に実施します。

## 乳幼児健康講座

**テーマ** 「子どもの歯」  
～虫歯予防は大人の責任～  
歯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)  
\*5月2日(月)から申し込みを受け付けます。



ところ・申し込み	とき
北保健センター	7月14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	6月	7月
神山としよりの家	23日(木)	28日(木)
奥としよりの家	1日(水)	6日(水)
千秋老人いこいの家	20日(月)	25日(月)
葉栗老人いこいの家	9日(木)	14日(木)
丹陽老人いこいの家	10日(金)	8日(金)
萩原老人福祉センター	17日(金)	15日(金)
浅井老人いこいの家	2日(木)	7日(木)
時之島老人いこいの家	24日(金)	22日(金)
北方老人いこいの家	28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

【持ち物】 母子健康手帳、バスタオル

ところ	6月	7月
中保健センター	6日(月)	4日(月)
西保健センター	6日(月)	4日(月)
北保健センター	20日(月)	25日(月)

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。

【担当】 保健師  
☆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。



ところ	6月	7月	ところ	6月	7月
葉栗公民館(出張所)	1日(水)☆	6日(水)◎	奥公民館(出張所)	22日(水)☆	27日(水)◎
西成公民館(出張所)	10日(金)◎	8日(金)☆	萩原公民館(出張所)	8日(水)☆	13日(水)◎
丹陽公民館(出張所)	9日(木)◎	14日(木)☆	千秋公民館(出張所)	10日(金)☆	8日(金)◎
浅井公民館(出張所)	1日(水)◎	6日(水)☆	尾西南部公民館 ※	22日(水)◎	27日(水)☆
北方公民館(出張所)	15日(水)☆	20日(水)◎	中保健センター	毎週月～金曜日 (祝日・休日を除く)	
大和公民館(出張所)	8日(水)◎	13日(水)☆	西保健センター		
今伊勢公民館(出張所)	6日(月)◎	4日(月)☆	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。



## 18歳～39歳の方

# 女性のための健康診査の希望者を募集します

健診の機会の少ない18歳以上39歳以下の女性を対象に、健康診査を実施します。  
 今年は、平日の受診が困難な方のために土曜日と日曜日にも開催します。若い時期からの生活習慣病予防のきっかけづくり、ぜひお申し込みください。なお、骨量測定は、節目年齢の方のみに行います。

**対象者** 一宮市民の方で、平成28年度に**18歳以上39歳以下の女性**（昭和52年4月1日～平成11年3月31日生まれの方）【妊娠中の方は受診できません】

**内容** 身体計測、腹囲測定、血圧測定、尿検査、血液検査（貧血・脂質異常・血糖・肝機能・腎機能）、骨量測定（超音波によるかかとの骨密度測定）  
 ※骨量測定については、**20歳、25歳、30歳、35歳**（平成8・3・昭和61・56年生まれ）の節目年齢の女性

**定員** 先着順受付 **1,400名**（各日200名） **一部負担金 無料**

**申し込み** 下記の「女性のための健康診査申込書」に必要事項を記入し、キリトリ線で切り取り、ハガキ等に貼って、中保健センターまで期限内に届くようお申し込みください。

**あて先** 〒491-0076 一宮市貴船町3丁目2番地 一宮市中保健センター 女性のための健康診査 係  
 キリトリ線

申し込み受付は、5月6日（金）～12日（木）  
 中保健センター到着分まで。  
 ただし、定員になり次第終了します。  
 5月6日（金）より前に到着した場合は無効となりますのでご注意ください。

健診日	健診会場	時 間
6月 8日(水)	中保健センター	午前9時～11時 午後1時～ 3時
6月 9日(木)		
6月11日(土)	西保健センター	
6月16日(木)		
6月17日(金)	北保健センター	
6月24日(金)		
6月26日(日)		

※健診会場等は、上記の一覧表から選んでください。  
 ※お申し込みの結果は、**5月末にご案内を郵送**します。  
 ※1人につき1通の申し込みをお願いします。  
 ※世帯で2人以上申し込むなど、申込書が不足する場合は、申込書をコピーして使用するが、ハガキ等に必要事項を記入してお申し込みください。  
 ※後日、保健師・栄養士による結果説明があります。  
 ※定員の都合上、ご希望に添えない場合がありますのでご了承ください。

女性のための健康診査申込書	
〈申し込み受付は、5月6日(金)～12日(木)到着分〉	
第1希望	会場 中・西・北 保健センター
	日時 月 日 ( 曜日 )
	区分 午前・午後・どちらでも
第2希望	会場 中・西・北 保健センター
	日時 月 日 ( 曜日 )
	区分 午前・午後・どちらでも
第3希望	会場 中・西・北 保健センター
	日時 月 日 ( 曜日 )
	区分 午前・午後・どちらでも
住 所 (マンション名等も記入)	〒 一宮市
フリガナ	
氏 名	
生年月日	昭和 年 月 日 ( 歳 ) 平成
電話番号	( ) -

### 【広告】

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・遺言」「債務整理」  
 のご相談は無料です。

尾張一宮駅前ビル(1-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、借家・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  
 床谷 明彦 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。

## 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) お気軽に  
 ご相談ください。 **【相談無料】**  
**司法書士**  
**福井武男事務所**  
 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**  
<http://WWW21.tiki.ne.jp/~zab40233/> 福井武男事務所 検索 駐車場有

★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28年7月1日発行