

健康日本21清須計画(第2次)

# めざせ! こころもからだも元気なまち 清須



健康日本21清須計画(第2次)は、平成27年度から平成35年度までを実施期間とする市民の健康づくりを支援していく計画です。「健康的な生活習慣の確立」、「疾病の発症予防と重症化予防」、「地域で支え合う健康づくりの推進」を基本方針とし、下記を重点ポイントとしています。

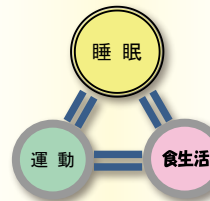
今月は、5月31日の「世界禁煙デー」にあわせ、「たばこの影響を理解しよう」をピックアップ♪

## <重点ポイント>

**たばこの影響を理解しよう**  
未成年者をたばこから守ろう  
COPD(慢性閉塞性肺疾患)を予防しよう

**人とつながろう**  
あいさつをしよう  
いろいろな人と交流しよう

**睡眠を十分にとろう**  
「眠れていますか」を合言葉に  
早寝、早起きを心がけよう



## たばこの有害性の理解と受動喫煙の防止

たばこを吸う人だけでなく、その周りにいる人も、たばこにより、がんや呼吸器疾患・心疾患・脳血管疾患のリスクが高まります。

特に感受性の高い新生児、乳幼児、学童、高齢者、呼吸器疾患の人やたばこを吸わない妊婦の受動喫煙による胎児への影響は、気をつけなくてはなりません。

### 呼吸機能低下

### 急性気管支炎

### ぜん息様 気管支炎

### ぜん息

### 肺炎

### 骨膜炎

### 乳幼児突然死 症候群

### 中耳炎



たばこをやめたい方は  
かかりつけの医師や  
薬剤師に相談しましょう。

⚠ たばこをやめられないのは意志が弱いのではなく、「ニコチン依存症」であることがわかっています。

## 2015年 世界禁煙デーin愛知

と き 5月24日(日) 参加費 無料  
【パレード】 午後1時15分に桑山ビル前に集合し、名古屋駅まで  
【講演会】 受付 午後1時30分から 講演 午後2時から  
内容 愛する人や大切な人のための禁煙支援、  
禁煙支援コーナーなど  
会場 桑山ビル8階8A会議室  
(名古屋市中村区名駅2丁目45-19)

詳細は、子どもをタバコから守る会・愛知(<http://www.no-kidsmk-ai.com>)まで

5月31日は世界禁煙デー  
～ 未来の世代を守るために ～



《母子保健事業》 ☎は申込みが必要です。日程の詳細については、「平成27年度母子保健事業日程表」でご確認ください。

- ◎母子健康手帳はすべての事業に必要です。乳幼児健診には問診票を記入しご持参ください。
- ◎対象月にご都合の悪い方は、他の日程でお受けください。準備の都合がありますので、事前にご連絡ください。
- ◎発熱をしているなど体調の悪い時は、他の子に感染させる可能性があるため来所を差し控えてください。

名称	実施日	会場	受付時間	対象・詳細
母子健康手帳交付	5月26日(火)	新川保健センター	午前10時30分~11時	妊婦 持ち物：妊娠届出書
	随時(平日)	清洲庁舎	午前8時30分~午後5時	
パパママ教室	5月19日(火)	春日保健センター	午後1時15分~1時30分	妊婦とその夫 テーマ「分娩・授乳について」
☎母乳・卒乳相談	5月26日(火)	新川保健センター	母乳 午前9時30分~10時50分 卒乳 午前11時10分~	母乳不足や卒乳に関する相談 (母乳相談は個別、卒乳相談は集団) 申込開始 5月26日分は5月19日(火)から 6月8日分は6月1日(月)から
	6月 8日(月)	清洲保健センター		
乳幼児健康相談	5月26日(火)	新川保健センター	午前9時30分~10時30分	乳幼児と保護者 身体計測、発育等の育児相談
離乳食講習会	5月12日(火)	西枇杷島保健センター	午前9時45分~10時	離乳食初期~中期の方
乳幼児健診	4 か 月 児	5月14日(木)	午前9時30分~10時	H27年1月生まれ
		5月21日(木)		
	10 か 月 児	5月14日(木)	午後1時15分~1時45分	H26年5・6月生まれ ※当日受けられない方は、1歳の前日まで医療機関 で受診できます。受診券を発行しますので、健 康推進課へ母子健康手帳とハンコを持参いた だき、申請してください。
		5月21日(木)		
1 歳 6 か 月 児	5月28日(木)	午後1時15分~1時45分	5月はH25年8・9月生まれ 6月はH25年10・11月生まれ 持ち物:歯ブラシ・タオル	
	6月 4日(木)			西枇杷島保健センター
3 歳 児	5月15日(金)	午後1時15分~1時45分	H24年3・4月生まれ 持ち物:歯ブラシ・タオル ※目と耳の検査を事前を実施してください。 ※当日会場で尿検査をします。	
	5月29日(金)			清洲保健センター
2歳児相談 歯っぴい健診	5月 7日(木)	清洲保健センター	午後1時15分~1時45分	H25年4月生まれ 持ち物:
2歳6か月児 歯なマル健診	5月 7日(木)	清洲保健センター	午前9時15分~9時45分	H24年10月生まれ 歯ブラシ・タオル
予 防 接 種	★このはなファミリークリニックでBCG接種が受けられるようになりました。 ★広域予防接種:清須市内・北名古屋市内・豊山町内の指定医療機関以外(愛知県内に限る。)でも接種が可能です。 【対 象】かかりつけ医が指定医療機関以外の方、里帰り出産等で指定医療機関以外での接種を希望する方 【方 法】協力医療機関であるかをかかりつけ医に確認し、健康推進課へ申請後、接種してください。			

《成人保健事業》 ☎は申込みが必要です。

名称	実施日	会場	実施時間	対象・詳細	
☎がん検診などの 集団検診の申込	5月 9日(土)	西枇杷島保健センター	午前9時~11時30分 午後1時~3時	検診内容：がん検診・女性がん検診・ 骨粗しょう症検診・若年者健診 ※詳細は「平成27年度成人保健事業日程表」 (広報4月号折込)、「集団検診のお申し 込みはお済ですか」(広報5月号折込)を ご覧ください。	
	5月15日(金)~	健康推進課窓口又は電話	午前8時30分~午後5時		
☎市民がん検診	5月28日(木) ~6月30日(火) の間の27日間	各保健センター	午前9時~11時	健診当日、市国民健康保険にご加入の方で、 今年度40歳を迎える方から74歳までの方 詳細は22ページをご覧ください。	
市国民健康保険特定健診	5月28日(木) ~6月30日(火) の間の27日間	各保健センター	午前9時~11時		
☎節目年齢歯科健診	通 年	市内指定医療機関	診療時間内	H27年4月1日に満40・45・50・55・60・65・70歳の方 健康保険証持参 費用無料 医療機関に要予約	
市民健康相談	5月13日(水)	新川保健センター	午後1時30分~3時	血圧測定、尿検査、健康等に関する個別相談 担当：保健師、管理栄養士 管理栄養士を希望の方は要予約	
☎心の健康相談	5月15日(金)	西枇杷島保健センター	午後1時30分~2時20分 午後2時30分~3時20分	心の健康に関する個別相談【秘密厳守】 ご本人以外からの相談も可 担当：臨床心理士(心の健康相談) 医師(うつ相談) 申込開始は相談の2週間前から	
☎う つ 相 談	5月22日(金)	清洲保健センター	午後3時30分~4時20分		
禁煙サポート相談	随 時	健康推進課にて電話相談又は面接相談 平日(午前8時30分~午後5時)		禁煙をしたい方、ご家族の禁煙についての相談 禁煙サポートや禁煙外来のご案内	
高 齢 福 祉 課	☎もの忘れ相談	5月22日(金)	清洲総合福祉センター	午後2時~3時30分	内容：認知症かかりつけ医による相談 本人以外の方からの相談も可 定員：3名(1名につき30分) 担当：認知症かかりつけ医 申込開始は5月8日(金)から 詳細は22ページをご覧ください。

《食生活相談事業》

名称	実施日	会場・実施時間	対象・詳細
食事なんでも相談室	随 時	健康推進課にて電話相談 平日(午前8時30分~午後5時)	離乳食や生活習慣病予防の食事、介護食など 食生活に関する個別相談 担当：管理栄養士

新川地区●プラスチックごみ収集■坂町、東町、中河原、下河原…毎週土曜日■横町、西町、旗本、下堀江、西堀江(名鉄津島線より南側)…毎週水曜日■外町、寺野(花園・元町・郷前)、鍋片、助七(一丁目・二丁目)…毎週土曜日■豊町、西堀江(名鉄津島線より北側)…毎週土曜日■寺野(花笠・美鈴・池端)、助七(五反田・東山中・芳花・美里)、阿原…毎週水曜日