



熱中症を予防しよう!



熱中症は、暑い真夏だけでなく、湿度が高い室内や夜間の就寝中でも発生します。
特に乳幼児や高齢者は、気づかないうちに熱中症になっていることがありますので、
注意が必要です。

～熱中症予防のポイント～

- こまめに水分を摂る
- 涼しい服装をこころがける
- 日傘や帽子、日陰を利用する
- 扇風機やエアコンを使って室内の温度調整をする
- 栄養バランスのとれた食事と体力づくり
- 無理をせず休憩をとる



【熱中症の応急処置】

- 1 涼しいところで休ませ、衣服を緩める(足を高くする)
 - 2 ぬれタオルなどをかけ、扇風機やうちわなどで風を送り、からだを冷やす
 - 3 水分を少しずつこまめに飲ませる
- ☆意識がないときは、救急車を呼びましょう

地域の見守り隊「母子保健推進員」として活躍しませんか?

市では、安心して子育てができる地域を目指し、身近な育児の相談者である母子保健推進員を養成します。主な活動は、産後ママへの子育て情報の提供や母子保健事業への協力などです。
子育て支援に関心があり、下記の講座を受講後、母子保健推進員として活動できる方は、ぜひお申込みください。

回	日程	内容	会場
1	8月29日(月)	市の母子保健事業の概要説明	清洲庁舎
2	9月23日(金)	産後の母親のこころの理解と関わり方	清洲総合福祉センター
3	10月12日(水)	妊娠期からの切れ目ない支援を目指して	清洲庁舎
4	10月25日(火) 10月26日(水)	現役母子保健推進員との交流会 ※地区ごとに分かれて実施します。	新川保健センター 清洲庁舎
5	11月中	実習(健診・相談の見学)	各保健センター
6	11月29日(火)	産後のママと赤ちゃん	清洲総合福祉センター
7	12月26日(月)	訪問の実際・今後について	清洲保健センター

- 時 間** 午前10時～11時30分 ※第5回は、午前又は午後実施
対 象 子育て支援に関心があるおおむね65歳までの市民
募集人数 25名
講 師 臨床心理士、助産師、保健師
受 講 料 無料
申 込 7月11日(月)から健康推進課(清洲庁舎)へお申込みください。(電話申込可)
問 合 せ 健康推進課(清洲庁舎)

子どもが大好きな方、参加をお待ちしています!! 講座終了後も研修会や情報交換等を行っています。



かわいい赤ちゃんに
会える楽しい活動です。

《母子保健事業》 ☎は申込が必要です。詳細は、「平成28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控えてください。
- ★子育てアプリ「キヨスマ」を登録すると、健診等の日程や詳細が確認できますので、ご利用ください。

名称	実施日	会場	受付時間	対象・詳細	
母子健康手帳交付	7月27日(水)	西枇杷島保健センター	午前10時30分～11時	妊婦 持ち物：妊娠届出書、マイナンバーカード(個人番号カード)が通知カード及び身分証明できるもの	
	随時(平日)	清洲庁舎	午前8時30分～午後5時		
パパママ教室	7月27日(水)	西枇杷島保健センター	午後1時15分～1時30分	妊婦と夫 テーマ:7月は「赤ちゃんに届け!栄養いっぱい」の食事と歯について、8月は「分娩・授乳について」	
	8月2日(火)				
☎母乳・卒乳相談	7月19日(火)	春日保健センター	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) 申込開始は7月12日(火)から	
乳幼児健康相談	7月19日(火)	春日保健センター	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	7月27日(水)	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	7月7日(木)	午前9時30分～10時	H28年3月生まれ	
		7月21日(木)			春日保健センター
	10か月児	7月21日(木)	春日保健センター	午後1時15分～1時45分	H27年8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印章をご持参申請してください。
		7月7日(木)	西枇杷島保健センター	午後1時15分～1時45分	7月はH26年10・11月生まれ 8・9月は H26年12月・H27年1月生まれ 持ち物：歯ブラシ・タオル
	8月9日(火)	西枇杷島保健センター			
8月30日(火)	春日保健センター				
9月15日(木)	清洲保健センター				
3歳児	7月11日(月)	新川保健センター	午後1時15分～1時45分	H25年5・6月生まれ 持ち物：歯ブラシ・タオル ※目と耳の検査を事前に実施してください。※当日会場で尿検査をします。	
	7月25日(月)	清洲保健センター			
2歳児相談 歯っぴい健診	7月14日(木)	春日保健センター	午後1時15分～1時45分	H26年6月生まれ 持ち物：歯ブラシ・タオル	
2歳6か月児 歯なマル健診	7月14日(木)	春日保健センター	午前9時15分～9時45分	H25年12月生まれ 歯ブラシ・タオル	
予防接種	★清須市・北名古屋・豊山町の指定医療機関以外(愛知県内に限る。)でも予防接種ができます。 【対象】かかりつけ医が指定医療機関以外の方、里帰り出産等のため指定医療機関で接種ができない方 【方法】協力医療機関であるかかかりつけ医に確認し、健康推進課(清洲庁舎)へ申請後接種してください。				

《成人保健事業》 ☎は申込が必要です。

名称	実施日	会場	実施時間	対象・詳細	
☎検診の申込 ・乳がん検診 ・子宮頸がん検診 ・骨粗しょう症検診 ・若年者健診	・申込は健康推進課(清洲庁舎)窓口又は電話(平日 午前8時30分～午後5時)にて受付 ・検診日時は、定員に達していない日時のご案内となります。 ・詳細は「平成28年度成人保健事業日程表」(広報清須4月号折込)、「集団検診のお申し込みはお済ですか」(広報清須5月号折込)をご覧ください。				
健康推進課	☎市国民健康保険 特定健診	7月5日(火)～12月	指定医療機関	医療機関に直接予約してください。	健診当日、清須市国民健康保険の被保険者の方で今年度40歳を迎える方から健診当日74歳の方 詳細は「清須市国保特定健診」(広報清須4月号折込)又は21ページをご覧ください。
	☎後期高齢者健診				健診当日、後期高齢者医療制度の被保険者の方 詳細は21ページをご覧ください。
	☎節目年齢歯科健診	通年	市内指定医療機関	診療時間内	H28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 指定医療機関に要予約
	☎市民健康相談	7月19日(火)	清洲保健センター	午後1時30分～3時	血压測定、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)
	☎うつ相談	7月28日(木)	清洲保健センター	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】 本人以外からの相談も可 担当：医師(うつ相談)・臨床心理士(心の健康相談) 申込開始は相談の2週間前から
	☎心の健康相談	7月29日(金)	西枇杷島保健センター	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(清洲庁舎)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	8月19日(金)	新川保健センター	午後2時～3時30分	認知症かかりつけ医による相談 ご本人以外からの相談も可 申込開始は8月5日(金)から 詳細は22ページをご覧ください。
	☎認知症介護家族 支援プログラム 【全6回】	8月30日(火) 9月20日(火) 10月18日(火) 11月8日(火) ・29日(火) 12月20日(火)	清洲庁舎2階 202会議室	【1回目】 午前10時～午後2時 【2回目以降】 午後1時～4時	認知症介護に携わっている方々による講義 申込開始は7月6日(水)から 詳細は25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	7月19日(火)	清洲保健センター	午後1時30分～3時	申込受付中 電話相談(平日 午前8時30分～午後5時)も随時受付中

行政ニュース
 夢広場はるひ
 保健だより
 教室・講座
 児童・子育てだより
 フォトダイアリー
 インフォメーション