



市国民健康保険特定健診のお知らせ

特定健診は、生活習慣病予防のためのメタボリックシンドロームに着目した検査です。

対象 健診当日、市国民健康保険に加入の方で、今年度40歳になる方(昭和54年3月31日以前出生)から健診当日74歳の方

※次の場合、原則として、健診費用の全額を請求します。

①市の国民健康保険の資格を喪失後、特定健診を受診した場合(受診後、さかのぼって喪失の手続を行った場合も同様です。)

②同じ年度内に2回以上受診した場合(2回目以降の健診費用を請求します。)

期間 5～6月：保健センターでの健診(下記参照)

7月10日～12月：指定医療機関での健診(受診券を7月初めに送付・要予約)

※保健センター又は指定医療機関のいずれかで、年1回受診

費用 無料

★詳細は、市国保特定健診(広報清須4月号折込)又は市ホームページをご覧ください。

健診日及び会場 下記参照(歯:歯科健診があります。ご希望の方はご利用ください。)			
受付時間 午前9時～11時(予約不要)			
持ち物 市国民健康保険被保険者証 ※健診当日は、10時間以上の絶食をお願いします。(ガム、たばこも不可)			
新川保健センター (新川福祉センター2階)	清洲保健センター	西枇杷島保健センター (にしびさわやかプラザ2階)	春日保健センター (春日老人福祉センター2階)
5月 24日(木)・25日(金)歯 26日(土)・28日(月)歯 29日(火)・30日(水) 31日(木)	6月 4日(月)・5日(火) 6日(水)歯・7日(木)歯 8日(金)・10日(日) 11日(月)・12日(火)	6月 14日(木)・15日(金)歯 16日(土)・17日(日) 19日(火)歯・20日(水)	6月 22日(金)・23日(土) 25日(月)歯・26日(火) 27日(水)

■問合せ 健康推進課(北館2階)

特定健診受診者に、『健康応援! OTOKUDA信長クーポン券』を もれなくプレゼント!

市国民健康保険では、40歳以上の被保険者の方で、平成30年度特定健診を受診された方全員に、「信長クーポン券(5枚綴)」と、「取扱店・特典一覧表」をお渡しします。

「清須市民の健康を応援する協賛店」のご協力により特典サービスをご提供いただいたもので、協賛店をご利用される際、「信長クーポン券」を使用するととってもお得な特典(割引、一品サービスなど)を受けることができます。

※後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方も信長クーポン事業の対象となります。ただし、後期高齢者健診については、個別健診のみとなります。

※市国民健康保険の特定健診受診の対象で、お勤め先の健康診断を受けた方は、診断結果表を提出していただければ、「信長クーポン券」をお渡しします。

★協賛店は、随時追加又は修正がありますので、最新情報は市ホームページでご確認ください。

■問合せ 保険年金課(北館1階)

- ▼と き 5月23日(水)
午前9時30分～11時30分
- ▼と ころ 清須市役所
- 輸血時の副作用軽減のため、できる限り400ミリリットル献血をお願いしています。
- 65～69歳の献血は、60～64歳の間に献血経験のある方です。
- その他、献血に関する詳細については、献血会場等でお尋ねいただくか、日本赤十字社愛知県赤十字血液センターホームページ(<http://www.aichi.bc.jrc.or.jp/>)をご覧ください。
- ▼問合せ 健康推進課(北館2階)



次の日程で献血を行いますので、健康な皆様のご協力をお願いします。

「愛の献血」にご協力ください
献血は命が救える
身近なボランティア



健康づくりでお得をゲット!!

きよす健康マイレージ

『きよす健康マイレージ』とは、「誰でも気軽に参加できる」健康づくりを応援する取り組みです。健康づくりでポイントを貯めて、健康マイレージ協力店（県内900店舗以上）でサービスを受けられる優待カード「まいか」と交換できます。

参加方法



- 《対象》 市内にお住まい又はお勤め、通学の方
- 《ポイントを貯める期間》 平成30年4月1日(日)から平成31年2月28日(木)
- 《まいか引換え期間》 平成30年5月7日(月)から平成31年2月28日(木)

【問合せ】 健康推進課（北館2階） ☎052-400-2911（代）

きりと



健康づくりで『まいか』をもらおう!
さらに先着100名様に『粗品』をプレゼントします。

ポイントが貯まったら、健康推進課で『まいか』と交換できます。

氏名			
年齢	歳	性別	男・女
生年月日	T・S・H	年	月 日

きよす健康チャレンジシート



ポイントを貯めて『まいか』をゲットしよう!

ポイントを貯める期間：平成30年4月1日～平成31年2月28日
まいか引換え期間：平成30年5月7日～平成31年2月28日
問 合 せ：健康推進課（北館2階）
☎052-400-2911（代）
平日 午前9時～午後5時

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



健康日本21清須計画(第2次)推進中! “めざせ! こころもからだも元気なまち 清須”

ポイントの貯め方(全て自己申告です)

ステップ①とステップ②の健康づくりに取組んで、30ポイント貯めよう!

ステップ① 検診・健診の受診(必須)

がん検診 若年者健診 精密検査の受診 特定健診
後期高齢者健診 歯科健康診査 妊婦健診 産後健診
人間ドックや医療機関での健診

必須項目です。
必ずひとつ
達成してください。



ステップ② 健康づくりチャレンジ 健康づくりの目標を1つ決めて実践

たとえば
こんな
目標でも

- ◆車を控えてエコ通勤する
- ◆毎食、野菜を食べる(漬物を除く)
- ◆今より1日1,000歩多く歩く
- ◆早寝早起きの工夫をする
- ◆禁煙にチャレンジする

1日1ポイント
※1日1ポイントが上限です。



ステップ①かステップ②の取組みやすい方からチャレンジしましょう!

- きよす健康チャレンジシートは、切り離してお使いください。(コピー可) 各保健センターにも設置してあります。
- まいかの協力店舗一覧表は、各保健センターに設置してあります。市ホームページでもご覧になれます。

きりと

ステップ① 検診・健診の受診日

日付をご記入ください

{ / }



きよす健康チャレンジシート

【記入例】

6 / 1

1ポイント=1マス
達成月日を記入します

ステップ② 健康づくりの目標

取組める目標を記入してください

車を控えて徒歩や自転車を利用
野菜を毎食しっかり食べる
早寝・早起きの工夫をする
ラジオ体操 など

チャレンジ
スタート!

②の目標 達成日	/	/	/	/	/	/	/	/	/
	/	/	/	/	/	/	/	/	/
	/	/	/	/	/	/	/	/	/



《母子保健事業》 ☎は申込が必要です。詳細は、「平成30年度母子保健事業日程表」(広報清須4月号折込)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。

名称	実施日	会場	受付時間	対象・詳細	
母子健康手帳交付	随時(平日)	健康推進課(北館2階)	午前8時30分~午後4時45分	妊婦 持ち物: 妊娠届出書、個人番号カード(マイナンバーカード)が通知カード及び身分証明できるもの	
妊産婦相談(ママ友づくり)	5月21日(月)	新川保健センター	午前9時30分~11時	妊婦及び産婦 妊産婦同士の交流や個別相談	
パパママ教室	5月18日(金)	清洲保健センター	午後1時15分~1時30分	妊婦と夫 テーマ「栄養・歯について」	
☎母乳・卒乳相談	5月21日(月)	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) 申込開始は5月14日(月)から	
乳幼児健康相談	5月21日(月)	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	
ふたごの会	5月21日(月)	新川保健センター	実施時間 午前9時30分~11時	双子のお子さんと保護者、多胎の妊婦	
離乳食講習会	5月22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	
予集 防接 種回	☎BCG接種	5月 8日(火)	新川保健センター	午後1時45分~2時	生後1歳に至るまで(標準的な接種期間:5か月に達した時から8か月に達するまで) ※5月1日(火)~7日(月)までに健康推進課へご連絡ください。(土日祝除く)
乳 幼 児 健 診	4 か 月 児	5月10日(木) 5月17日(木)	西枇杷島保健センター 春日保健センター	午前9時15分~9時45分	H30年1月生まれ
	10 か 月 児	5月17日(木)	春日保健センター	午後1時15分~1時45分	H29年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(北館2階)へ母子健康手帳と印章をご持参し、申請してください。
	1 歳 6 か 月 児	5月16日(水)	清洲保健センター	午後1時15分~1時45分	5月はH28年8・9月生まれ
		6月 5日(火) 6月15日(金)	西枇杷島保健センター 春日保健センター		6月はH28年10・11月生まれ 持ち物: 歯ブラシ・タオル
3 歳 児	5月10日(木) 5月29日(火)	西枇杷島保健センター 春日保健センター	午後1時15分~1時45分	H27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に実施してください。 ※当日会場で尿検査をします。	
2歳児相談 歯っぴい健診	5月24日(木)	春日保健センター	午後1時15分~1時45分	H28年4月生まれ 持ち物:	
2歳6か月児 歯なマル健診	5月24日(木)	春日保健センター	午前9時15分~9時45分	H27年10月生まれ 歯ブラシ・タオル	
予防 接 種	★清須市・北名古屋市・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(北館2階)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	
☎がん検診などの 集団検診の申込	①5月11日(金)・14日(月)	健康推進課(北館2階)にて 窓口又は電話 午前8時30分~午後5時		申 込: ①は新川・春日保健センターでの検診実施分 ②は清洲・西枇杷島保健センターでの検診実施分 ③は全会場の検診実施分 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	
	②5月15日(火)・16日(水)				
	③5月17日(木)				
☎が ん 検 診	5月24日(木)~ 6月27日(水) までの27日間	各保健センター	午前9時~11時	詳細は「平成30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みですか」(広報5月号折込)をご覧ください。	
市国民健康保険 特 定 健 診	5月24日(木)~ 6月27日(水) までの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歳を迎える方から健診当日74歳の方詳細は14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	H30年4月1日に満40・45・50・55・60・65・70・75・80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	5月23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18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 要予約 担当: 臨床心理士(心の健康相談)・医師(うつ相談)	
☎う つ 相 談	5月24日(木)	市役所 北館	午後3時30分~4時20分	同上	
禁煙サポート相談	随 時	健康推進課(北館2階)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	やろまいか教室 「いっぺん体操やろまいか!」	5月11日(金) 18日(金) 25日(金)	アルコ清洲 体育棟2階 メインホール	午後1時30分~2時30分	内容: 体操 対象: おおむね65歳以上の市内在住者 講師: スポーツクラブインストラクター 費用: 無料 申込不要 持ち物: タオル、水分補給のための飲み物、室内用運動くつ
	☎清 須 市 民 げ ん き 大 学	6月7日(木)~平成 31年3月7日(木) 【全16回】	愛知医療学院 短期大学 城北キャンパス	午前9時30分~11時45分	内容: 介護予防に関する講義と演習 対象: おおむね65歳以上の市内在住者 授業料: 3,000円(年額) 講師: 愛知医療学院短期大学教員等 申込期限: 5月11日(金)必着 申込方法: 入学願書(市役所等に設置)を提出

《食生活相談事業》 ☎は申込が必要です。妊娠中の食事や離乳食、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

名称	実施日	会場	実施時間	対象・詳細
☎食事なんでも相談室	5月23日(水)	新川保健センター	午後1時30分~3時	担当: 管理栄養士 電話相談(平日 午前8時30分~午後5時)も随時受付中

西枇杷島地区●可燃ごみ収集■県道西側…毎週火・金曜日■県道東側…毎週月・木曜日●不燃ごみ収集■県道西側…第1・3水曜日■県道東側…第1・3土曜日●プラスチックごみ収集■県道西側…毎週土曜日■県道東側…毎週水曜日●資源収集■郷1部、郷2部、郷3部全域、グラントメゾン小田井、十軒町、新十軒町、橋詰町、砂入町、日の出東部、ジャルダン、北間屋町東・西部、間屋町、平和ビル…毎月第2土曜日■大和全域、上砂入、サンコート西枇杷島、西枇杷公園、城並全域、宝マンシ