

COPD患者は日本で  
推定700万人以上!

## COPDをご存知ですか?

■問合せ 健康推進課(北館2階)

COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは、たばこの有害な空気を吸い込むことによって、空気の通り道である気道(気管支)や、酸素の交換を行う肺(肺胞)などに障害が生じる病気で、「肺の生活習慣病」ともいわれています。



### こんな症状ありませんか?

- ・咳や痰が慢性化する(風邪をひきやすくなり、症状が長引く)
- ・平地でも息切れがする
- ・同世代と並んで歩くのが難しい(外出がおっくうになる)
- ・吐く息が長く、口すぼめ呼吸になる

#### 〈症状が進行し、呼吸不全が続くと…〉

家庭で持続的に酸素を吸入する、在宅酸素療法が必要になります。  
症状がある場合は、呼吸器科専門医にご相談ください。

禁煙相談は  
健康推進課(北館2階)  
までお気軽に  
ご相談ください。

### COPD予防は、まず禁煙から

### ニコチン依存症は「病気」です。

#### 〈自分のために〉

COPDのほか、がん、脳卒中、虚血性心疾患、胃・十二指腸潰瘍、歯周病や骨粗しょう症など多くの病気の発症に関連しています。

#### 〈周りの方のために〉

たばこから出る煙(副流煙)には、有害物質が多く含まれているため、大切な家族や周囲の方がCOPDやがんなどにかかるリスクが高まります。

#### 〈禁煙外来を賢く利用〉

自分の意思だけでたばこをやめられない場合、喫煙本数や喫煙年数などの条件によっては、禁煙治療が保険適用になる場合があります。禁煙したいと思ったら禁煙外来を受診しましょう。

#### 〈禁煙で節約〉

1日たばこ1箱(440円)喫煙で換算  
1か月13,200円 6か月 約8万円  
1年 約16万円 10年間 約160万円

16万円で何を買おうかな!

## 子育て世代包括支援センターだより

～妊娠から出産、子育てまで切れ目ないサポートをするために～

### 「はじめましての会」お誘い

初めて子育て支援センターを利用する親子が対象です。一緒に楽しく遊びましょう!

内容 支援センターの利用について、ふれあい遊び  
参加費 無料  
申込 不要

詳しくは児童・子育てだより(19ページ)をご覧ください。  
子育て支援センターで行われる行事の内容は、各子育て支援センターが毎月発行している「子育てだより」で紹介しています。  
市のホームページやキヨスマでもご覧いただけます。ぜひお出かけください。



■問合せ 健康推進課(北館2階)

《母子保健事業》 ☎は申し込みが必要です。詳細については「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・申請に必要です。乳幼児健診には問診票を記入しご持参ください。健診の所要時間は約2時間です。
- ◎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	随時 (平日開庁時間)	市役所北館2階	午前8時30分～午後4時45分	妊婦 持ち物：妊娠届出書、マイナンバーカード(個人番号カード)か通知カード及び身分証明できるもの【所要時間】30分程度	
妊産婦相談(ママ友づくり)	12月10日(月)	清洲保健センター	午前9時30分～10時	妊産婦 内容：妊産婦同士の交流や個別相談【終了予定】午前11時	
☎パパママ教室	12月 8日(土)	西枇杷島保健センター	午前9時45分～10時	妊婦とその夫 テーマ「夫婦で子育て」申込随時(平日開庁時間)、電話受付【終了予定】午前11時30分	
☎母乳・卒乳相談	12月10日(月)	清洲保健センター	母乳 午前9時30分～10時50分 卒乳 午前11時10分～	内容：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12月3日(月)から	
乳幼児健康相談	12月10日(月)	清洲保健センター	午前9時30分～10時30分	乳幼児と保護者 内容：身体計測、発育などの育児相談	
ふたごの会	12月10日(月)	清洲保健センター	午前9時30分～10時	双子のお子さんと保護者、多胎の妊婦【終了予定】午前11時	
離乳食講習会	12月 5日(水)	清洲保健センター	午前9時45分～10時	離乳食初期～中期の方【終了予定】午前11時30分	
乳幼児健診	4 か 月 児	12月13日(木)	春日保健センター	午前9時15分～9時45分	H30年8月生まれ
		12月20日(木)	西枇杷島保健センター		
	10 か 月 児	12月20日(木)	西枇杷島保健センター	午後1時15分～1時45分	H30年1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	12月13日(木)	春日保健センター	午後1時15分～1時45分
	12月18日(火)		西枇杷島保健センター		
	平成31年1月15日(火)		新川保健センター		
	平成31年1月23日(水)		清洲保健センター		
	3 歳 児	12月 4日(火)	新川保健センター	午後1時15分～1時45分	H27年11・12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。
平成31年1月17日(木)		西枇杷島保健センター			
平成31年1月31日(木)		春日保健センター			
2歳児相談 歯っぴい健診	12月 6日(木)	西枇杷島保健センター	午後1時15分～1時45分	H28年11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	12月 6日(木)	西枇杷島保健センター	午前9時15分～9時45分	H28年5月生まれ	
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、里帰り出産などで指定医療機関での接種ができない方 【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(北館2階)へ申請後、接種してください。				

《成人保健事業》 ☎は申し込みが必要です。

名称	実施日	会場	実施時間	対象・詳細
☎個別がん検診	12月末 (診療最終日)	指定医療機関に直接予約してください。		胃がん、大腸がん、子宮がん、乳がん検診 詳細は市ホームページをご覧ください。
☎市国民健康保険 特定健診				健診当日、市国民健康保険の被保険者で今年度40歳を迎える方から健診当日74歳までの方 詳細は特定健診のお知らせ(個別郵送)又は市ホーム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 詳細は後期高齢者健診受診券同封案内(個別郵送)又は市ホーム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 (要予約)	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 管理栄養士による ☎食事なんでも相談室	12月12日(水)	西枇杷島保健センター	午後1時30分～3時	血圧測定、尿検査、健康などに関する個別相談 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	12月14日(金)	市役所北館	午後1時30分～2時20分 午後2時30分～3時20分 午後3時30分～4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)
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
高福祉課 やるまいか教室 「いっぺん体操やるまいか!」	12月 7日(金) 14日(金) 21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：概ね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、室内用運動くつ、水分補給のための飲み物

『たまたまかも?』と自己判断しないで

がん検診で要精密検査と診断された方へ

必ず精密検査を受けましょう!(平成29年度がん検診精密検査受診状況)

要精密検査者数	精密検査受診者数	検査結果			精密検査未受診者(割合%)
		がん	異常なし	その他	
510人	415人	15人	104人	296人	95人(18.6%)

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