



人とつながろう!地域で支えあう健康づくり

■問合せ 健康推進課(北館2階)

「健康づくりをみんなで考える会」市民ワークショップを開催しました!!

平成30年10月5日(金)に、市役所で市民ワークショップを行いました。
参加された39名の皆さんは、「健康日本21清須計画中間評価」や「清須市自殺対策計画」の策定について説明を受けた後、次のテーマでグループワークをしました。
①落ち込んだ時、つらかった時など、あなたはどのように対処していますか。どうしてもらえたら嬉しいですか。
②みんなで支え合えるまちづくりのために、あなたが地域でできることは何がありますか。

<グループワークの様子>

健康なまちのイメージ(キーワード)を考えていただきました。
「気軽に 誰とでも 住みよい町に」「住んでよかった街に!」「声をかけ合い孤立させない地域のつながり」「あいさつする」「支え合える人生」「周りとのコミュニケーション 基本はあいさつ」「声掛け おもいやりのある清須市」など、地域とつながる前向きな意見が多数出ました。



<健康づくりのネットワークのイメージ>

一人ひとりの健康づくりは、個人のほか、家族や地域、職域など多面的な支えあいが必要です。皆さんの健康づくりや支えあいを、今後もぜひお聞かせください!



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～



「こんにちは赤ちゃん訪問」

赤ちゃんがお生まれになられたお宅に、市母子保健推進員が訪問し、すくすく手帳(健康診査の問診票を綴った冊子)や子育ての情報をお持ちしています。

母子保健推進員は、お母さんと行政を結ぶパイプ役として活動する、市から委嘱された地域の応援団です。

お母さんの健康と赤ちゃんの健やかな成長を願い、ご家庭の訪問や、健康診査などの母子保健事業をお手伝いしています。

■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)	1月28日(月)	新川保健センター	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	1月29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、沐浴について」 申込随時(平日開庁時間)、電話受付【終了予定】午後3時30分
☎ 母乳・卒乳相談	1月28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~	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1月21日(月)から
乳幼児健康相談	1月28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 内容: 身体計測、発育などの育児相談
ふたごの会	1月28日(月)	新川保健センター	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	1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【終了予定】午前11時30分
乳幼児健診	4 か 月 児	1月17日(木) 西枇杷島保健センター 1月24日(木) 春日保健センター	午前9時15分~9時45分	H30年9月生まれ
	10 か 月 児	1月24日(木) 春日保健センター	午後1時15分~1時45分	H30年2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持参し、申請してください。
	1 歳 6 か 月 児	1月15日(火) 新川保健センター	午後1時15分~1時45分	1月はH29年4月・5月生まれ
		1月23日(水) 清洲保健センター 2月 4日(月) 春日保健センター		2月はH29年6月・7月生まれ 持ち物: 歯ブラシ・タオル
3 歳 児	1月17日(木) 西枇杷島保健センター 1月31日(木) 春日保健センター	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。	
2歳児相談 歯っぴい健診	1月10日(木)	春日保健センター	午後1時15分~1時45分	H28年12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	1月10日(木)	春日保健センター	午前9時15分~9時45分	H28年6月生まれ
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
☎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	1月11日(金)	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	1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(うつ談)
☎うつ相談	1月31日(木)	市役所北館	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(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
市民健康講座 こころも体も ボカボカ 『こころとからだ リラックス体操』	<p>“こころ”と体には密接な関係があることはご存知ですか? 体の調子が良いと“こころ”も元気になります。「楽しい!」と感じると、からだも動かしくなります。 今年も1年元気に過ごすことができるよう“体を動かして、こころを元気に保つ方法”を身につけましょう!</p> <div style="border: 1px solid orange; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>日 時 1月31日(木) 午前10時~11時30分 会 場 清洲総合福祉センター 対 象 市内にお住まい、お勤めの方 講 師 健康運動指導士 河合郁子先生 申 込 1月4日(金)から 健康推進課成人保健係 ☎052-400-2911</p> </div> 			
高齢福祉課 やろまいか教室 「いっぺん体操やろまいか!」	1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: 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
	※2月1日(金)の会場は1階サブホールへ変更			