

いただきます 人生100年 歯と共に

— 6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です —



滑舌の悪さ、むせ、食べこぼしなど、歯や口の機能の衰え(オーラルフレイル)が、全身の衰え(フレイル)につながるようになってきました。

口の機能を健康に保つことで、自分の歯でしっかりと噛むことができるため、バランスの良い食生活につながり、心身ともに活力がアップします。健康でいきいきとした毎日を過ごすために、定期的な歯科検診で口の中の状態をチェックし、積極的に口腔ケアに努めましょう。



日々の歯の手入れが大切です!!～歯が萌えてから一生自分の歯で食べるために～

市では「8020運動」を推進しています。これは「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動です。残存歯数が多いとほとんどの食べ物が自分の歯で食べられ、食べることを楽しめます。

- 1 よく噛んで、だ液を出しましょう。
- 2 食べたらずを磨きを習慣にしましょう。
- 3 歯間ブラシやデンタルフロスを利用しましょう。
- 4 たばこは吸わないようにしましょう。
- 5 糖尿病などの全身疾患のある方は管理をしましょう。
- 6 かかりつけ歯科医を持ち、定期検診を受けましょう。

※固い食べ物で歯が割れることもあります。スルメやせんべいなどの固いものはほどほどに。

「歯と口腔の健康づくり推進条例」を制定しました

市では、市民の生涯にわたる健康でいきいきとした生活を確保できるよう、歯と口腔の健康づくりに関する基本理念を定めた「歯と口腔の健康づくり推進条例」を令和4年4月1日に制定しました。

市民の皆さまとともに、歯と口腔の健康づくりを推進していきます。



新川地区 ●可燃ごみ収集 ■坂町、東町、中河原、下河原…毎週火・金曜日 ■横町、西町、旗本、下堀江、西堀江(名鉄津島線より南側)…毎週火・金曜日 ■外町、寺野(花園・元町・郷前)、鍋片、助七(一丁目・二丁目)…毎週月・木曜日 ■豊町、西堀江(名鉄津島線より北側)…毎週月・木曜日 ■寺野(花笠・美鈴・池端)、助七(五反田・東山中・芳花・美里)、阿原…毎週火・金曜日



下記保健事業にお越しの際は、ご自宅での体温の測定をお願いします。37.5度以上の場合は参加できません。また、ご家族で発熱や風邪症状がある場合は、無理せずに次回の健診日に変更されるなど、受診をお控えください。感染症予防のため、来所される際は、同伴される方の人数を最小限にいただき、マスクを着用してください。ご理解とご協力をお願いします。なお、暴風警報等の発令、新型コロナウイルス感染症の流行状況によっては、事業を中止・変更する場合があります。市ホームページ又はキヨスマでご確認いただくか、担当課までお問い合わせください。

《母子保健事業》は申込が必要です。詳細については、「令和4年度清須市母子保健事業日程表」でご確認ください。

◎母子健康手帳は全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。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。

★子育てアプリ「キヨスマ」を登録すると、子育て日記(予防接種・健診)のお知らせが届きますので、ご活用ください。

キヨスマ▶



名称	実施日	会場	受付時間	対象・詳細	
母子健康手帳の交付	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(個人番号)カード又は通知カード及び身分証明できるもの【所要時間】30分程度	
妊産婦こころの相談	《成人保健事業》「心の健康相談」をご参照ください。				
パパママ教室	6月18日(土) ※申込受付中	西枇杷島保健センター	午前9時30分～9時45分	妊婦とその夫 テーマ「夫婦ではじめる子育て」【終了予定】正午	
助産師相談	6月13日(月) ※申込は 6月6日(月)から	春日保健センター	午前9時30分～ 10時30分 の間で申込の際に お伝えします。	個別相談(妊娠期・母乳・卒乳など)	
乳幼児健康相談			午前9時45分～10時	乳幼児と保護者 内容:発育・発達(ことば)、離乳食等の育児相談 持ち物:母子健康手帳【終了予定】午前11時	
ふたごの会			午前9時45分～10時	多胎児をもつ保護者とその児、多胎の妊婦【終了予定】午前10時30分	
離乳食講習会	6月28日(火)	春日保健センター	午前9時45分～10時	主に生後5、6か月の食事の話【終了予定】午前10時45分	
			午前10時45分～11時	主に生後7、8か月の食事の話【終了予定】午前11時30分	
乳幼児健診	4か月児	6月16日(木) 6月23日(木)	春日保健センター 西枇杷島保健センター	午前9時15分～9時45分	R4年2月生まれ 6/16は1日～15日生 6/23は16日～28日生 持ち物:母子健康手帳・問診票・バスタオル
	10か月児	乳児健康診査受診票(第2回)を使用した医療機関での健診となります。医療機関へ事前にご予約をお取りください。乳児健康診査受診票(第2回)に記載された使用期限を過ぎると受診できません。県外での受診を希望される場合は、健康推進課へご相談ください。持ち物:母子健康手帳・乳児健康診査受診票(第2回)			
	1歳6か月児	6月 7日(火) 6月23日(木)	春日保健センター 西枇杷島保健センター	午後1時15分～1時45分	6/7はR2年10月1日～22日生 6/23はR2年10月23日～11月6日生 持ち物:母子健康手帳・問診票・歯ブラシ・タオル
	3歳児	6月 1日(水) 6月16日(木) 6月21日(火)	春日保健センター	午後1時15分～1時45分	6/1はH31年4月11日～30日生 6/16はR1年5月1日～18日生 6/21はR1年5月19日～6月11日 持ち物:母子健康手帳・歯ブラシ・タオル・問診票 ※目と耳の検査を事前に実施してください。 ※尿検査についてはご自宅でお尿を採り、容器に入れてご持参ください。なお、健診会場で尿を採ることもできます。
2歳児相談歯ぐき健診	6月 9日(木)	春日保健センター	午前9時15分～9時45分	R2年5月生まれ	
2歳6か月児歯ぐきマル健診			午後1時15分～1時45分	R1年11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、健康推進課へ申請後に接種してください。申請手続は、数日要するため、余裕をもって申請してください。				

《成人保健事業》は申込が必要です。

課	名称	実施日	会場	実施時間	対象・詳細
健康推進課	個別がん検診	6月15日(水)～12月末	市内指定医療機関	診療時間内	肺がん、胃がん、大腸がん、前立腺がん、肝炎ウイルス、子宮がん、乳がん検診 詳細は「令和4年度清須市成人保健事業日程表」(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。
	国民健康保険特定健診	6月15日(水)～11月末	市内指定医療機関	診療時間内	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74歳の方。6月上旬に対象者には受診券を送付。(集団健診をご希望の場合は受診券をご覧ください。)
	節目年齢歯科健診	通 年	市内指定医療機関	診療時間内	令和4年4月1日に満40・45・50・55・60・65・70・75・80歳の方 医療機関に要予約 健康保険証持参 自己負担金1,200円(70歳以上は無料) 自己負担金免除については令和4年度清須市成人保健事業年間日程表をご覧ください。
	食事なんでも相談 禁煙サポート相談	6月20日(月)	市役所北館	午後1時30分～3時	離乳食、介護食などの食事に関する個別相談 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 ※食事・禁煙以外の健康相談は、随時お受けします。 担当:保健師、管理栄養士
	心の健康相談	6月27日(月)	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 担当:臨床心理士
	風しん抗体検査・第5期定期接種	下記対象者のうち令和元～3年度抗体検査未実施の方には、令和4年度、無料クーポンを再交付(郵送)します。対象者:昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性 内容:医療機関や職場の健診等で風しん抗体検査を受けることができます。また、抗体検査の結果抗体価の低い方は、予防接種を受けることができます。			
高齢福祉課	やろまいか教室 「いっぺん体操やろまいか!」 (状況により中止する場合あり)	6月3日(金)・10日(金)・17日(金)・24日(金) 6月7日(火)・14日(火)・21日(火)・28日(火)	アルコ清洲体育棟 2階メインホール 西枇杷島会館 2階	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・室内用運動くつ・水分補給のための飲み物・マスク ※自宅検温、発熱時参加不可

●資源収集 ■坂町、東町、中河原、下河原…毎月第4水曜日 ■横町、西町、旗本、下堀江、西堀江(名鉄津島線より南側)…毎月第4土曜日 ■外町、寺野(花園・元町・郷前)、鍋片、助七(一丁目・二丁目)…毎月第3水曜日 ■豊町、西堀江(名鉄津島線より北側)…毎月第4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…毎月第3水曜日

行政ニュース

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