



ワンコイン検診が始まります!



今年度から清須市がん検診は集団検診も個別検診もワンコイン500円で受けることができます。詳細は、今月号折込の「令和8年度清須市健康づくり事業案内」又は市ホームページをご覧ください。

ID 101772755 問 健康推進課

RSウイルス感染症予防接種のお知らせ

令和8年4月1日からRSウイルス感染症予防接種(母子免疫ワクチン)が定期予防接種に位置づけられました。接種開始は4月1日からです。

対象	接種時点で 妊娠28週0日から36週6日までの妊婦 ※ 令和8年3月31日までに母子健康手帳を交付された方には、 4月上旬に予診票等を個別通知します 。お手元に届かない場合には、健康推進課までご連絡ください。 ※ 4月1日以降は母子健康手帳の交付の際に予診票等をお渡しします。		
期間	妊娠28週0日から36週6日まで	費用	無料 ※ 令和8年4月1日以降に接種したものに限り

ID 312842329 問 健康推進課

带状疱疹予防接種のお知らせ



带状疱疹の予防接種には、定期接種と任意接種があります。

区分	定期接種	任意接種
対象	令和8年度に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方 ※ 過去に带状疱疹ワクチンを接種した方は原則対象外となります。対象の方には4月下旬～5月上旬にかけて予診票等を個別通知します。	50歳以上の方 ※ 左記の定期接種対象者及び過去に助成を受けたことのある方を除く。
期間	個別通知が届いてから令和9年3月31日(水)まで	令和8年4月1日(水)～令和9年3月31日(水)
助成回数	生ワクチン 1回、不活化ワクチン 2回 (どちらか一方を選択)	
費用	【自己負担額】 生ワクチン 2,500円 不活化ワクチン 1回につき6,500円 ※ 生活保護受給者は費用免除。健康推進課へお問合せください。	【補助額】 生ワクチン 5,000円 不活化ワクチン 1回につき10,000円
ID	336885129	183428467

問 健康推進課

高齢者肺炎球菌予防接種のお知らせ

令和8年4月から定期予防接種に使用するワクチンが23価(PPSV23)から20価(PCV20)に変更となりました。**23価の予診票をお持ちの方で4月以降に接種される場合は、自己負担額が異なりますのでご注意ください。**

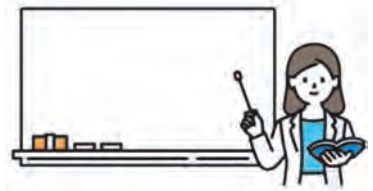
対象	①接種日時時点で65歳の方 ※対象の方には、65歳の誕生日の翌月初旬に予診票等を個別通知します。 ②60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能障害又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害で身体障害者手帳1級程度の方 ※対象の方には予診票等を個別通知します。
期間	個別通知が届いてから66歳となる誕生日の前日まで
費用	【自己負担額】 3,500円 ※ 生活保護受給者は費用免除。健康推進課へお問合せください。

ID 486237252 問 健康推進課



愛知医療学院大学 紙上講義

健康のためのワンポイントアドバイス



小さな幸せに気づく力 - 豊かな時代を健やかに生きる方法 -

〈愛知医療学院短期大学 作業療法学専攻 助教 松田 裕美 (作業療法士)〉

現代の生活は、かつてよりも圧倒的に便利で豊かになりました。食べ物も情報もスマートフォン一つで手に入る一方で、「幸せを感じるハードル」が気づかないうちに高くなり、以前なら喜べた小さな出来事に気づきにくくなることがあります。「もっと」「まだ足りない」という思いが続くと、心の疲れや満たされなさにつながりやすいといわれています。

こうした状況で役立つのが、日常の小さな「良いこと」に目を向ける習慣です。特に「マインドフルネス」や「ポジティブ心理学」は、生活に取り入れやすく、心の健康づくりに役立ちます。

マインドフルネスは、「いまこの瞬間」の体験に注意を向け、浮かぶ思考や感情を評価せずに受けとめる姿勢です。忙しさや他者との比較の中で、私たちは「未来への不安」や「自分の欠点」に意識が向きがちです。



そんなとき、好きな飲み物の香りを深呼吸しながら味わう、空を見上げて月を眺める等、身近な感覚に注意を向けることで、思考との距離が生まれ、気持ちが落ち着きやすくなります。

ポジティブ心理学は、人の強みや幸せに焦点をあてる心理学です。中でも「今日あった良いことを3つ書く (Three Good Things)」方法は、気持ちの変化につながりやすいです。「ぐっすり眠れた」「夕焼けがきれいだった」等、小さなことで十分です。続けるほど、意識が「できなかったこと」から「満たされていたこと」へ移り、幸福度が向上します。

多くのものが手に入りやすい時代だからこそ、心の豊かさは「何を持つか」より「何に気づけるか」で育ちます。小さな幸せに気づく力は、毎日の短い取り組みで少しずつ高めていきます。無理のない範囲で続けながら、心の健康を大切にしていきましょう。

清須保健所 令和8年度健康相談等日程

内容	予約制 無料		相談受付日時(祝日・年末年始はお休み)
	予約制	無料	
精神保健福祉相談		●	毎週月～金曜日 9:00～12:00、13:00～16:30 ※面接相談をご希望の方は、事前にお電話ください
メンタルヘルス相談		●	
栄養相談	●	●	毎月第2火曜日 9:30～11:00 ※1
歯科相談	●	●	毎月第1火曜日 9:30～11:00 ※1
骨髄バンクドナー登録	●	●	毎週水曜日 13:00～15:00 ※4
糞便細菌検査			毎週火曜日 9:30～11:30 (R9/3/30の受付はありません) ※2 ※3
寄生虫卵検査			
水質検査	●		
レジオネラ属菌検査	●		
食品等検査(おしぼり検査を含む)	●		
HIV・梅毒検査(試験検査成績書が必要な場合は有料)		●	毎週水曜日 13:00～15:00 ※2 ※4
B型・C型肝炎ウイルス検査		●	
夜間HIV・梅毒検査		●	毎月第2・4月曜日 18:00～19:00 ※2 ※4

※1 相談日等が祝日に当たる場合は前後の週に振り替えます。 ※2 祝日のある週は、受付できない場合があります。
※3 事前に窓口で検体提出用の指定容器等をお渡しします。結果のお渡し開始日は受付場所により異なります。詳細は問合せ先へ。
※4 変更・中止になる場合がありますので、事前に問合せ先へ確認してください。

問 清須保健所 ☎ 052-401-2100

● 健康づくり事業

☎がついているものは、事前予約制です。(詳細は、今月号折込の「令和8年度清須市健康づくり事業案内」又は市HP参照)

名称	実施日	会場	実施時間	主な内容等	ID
☎ 食事なんでも相談	4/23(木)	健康推進課	13:30～	管理栄養士、保健師による相談	496719108
☎ 禁煙サポート相談			14:00～		各30分間
☎ 心の健康相談	4/20(月)		13:30～	各50分間	臨床心理士による相談
		14:30～	15:30～		