



予防接種を受けて今年も健康に

種類	高齢者インフルエンザ予防接種	高齢者新型コロナウイルス予防接種
対象	清須市に住民登録のある①・②の希望者 ① 満65歳以上の方 ② 満60～64歳の身体障害者手帳(1級相当)所持者のうち該当者 ※ ②の方には案内を送ります。	
接種期間	R8/10/1(木)～R9/1/31(日)	R8/10/1(木)～R9/3/31(水)
補助回数	各1回	
接種場所	(1) 指定医療機関(健康推進課への 事前申請不要) (2) 愛知県広域予防接種事業の協力医療機関 (ご希望の医療機関が事業対象か必ずご確認の上、健康推進課に 事前申請 してください) ※ (1)・(2)以外の医療機関で接種する場合は、償還払いで補助します。 詳細は、健康推進課へお問合せください。(申請期日: R9/3/31(水)) 償還払いの場合、補助額には上限があります。 ※ 生活保護世帯の方は費用免除になります。健康推進課へお問合せください。	
接種費用	1,200円	4,600円
ID	668739939	560683194



種類	妊婦・子どもインフルエンザ予防接種
対象	清須市に住民登録のある①・②の希望者 ① 生後6か月～13歳未満 ② 13歳～高校生相当、母子健康手帳の交付を受けた妊婦
接種期間	R8/10/1(木)～R9/1/31(日)
補助回数	①の方:2回 ②の方:1回 ※ 経鼻弱毒生インフルエンザワクチン(フルミスト点鼻液)(2～18歳対象)を選択した場合、接種回数・補助回数は共に1回です。
補助費用	接種1回あたり上限 1,000円
接種場所	市指定医療機関
指定医療機関以外で接種する場合	市指定医療機関以外で接種する場合、償還払いで補助します。 接種後、次の4点を健康推進課窓口までお持ちください。(申請期日: R9/3/31(水)) ・本人確認のできるもの(マイナンバーカード・運転免許証等) ・振込先の分かるもの(通帳又はキャッシュカード) ・母子健康手帳 ・領収書の原本(被接種者名、接種年月日、予防接種名、接種費用額、医療機関名の記載があるもの)
ID	276666144

問 健康推進課 ☎052-400-2971

HPVワクチンの無料接種期限が迫っています

子宮頸がんは、若い年齢層で発症する割合が比較的高いがんです。
公費による子宮頸がん予防のためのHPVワクチン接種は、**小学校6年生から高校1年生相当の女性が対象**です。
接種完了までには約6か月かかるため、**高校1年生相当(平成22年度生まれ)の女性が無料で接種を完了するためには、令和8年9月末までに1回目を接種する必要があります**。接種を希望する方は、令和8年9月末までに接種開始をご検討ください。

接種場所	① 指定医療機関 ② 愛知県広域予防接種事業の協力医療機関 ③ ①・②以外の医療機関 ※ ②・③で接種する場合は、健康推進課で事前申請が必要です。
------	--

詳細は市ホームページをご覧ください。

ID 485644548 問 健康推進課 ☎052-400-2971

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



ご飯をおいしく安全に食べるために

〈愛知医療学院大学 作業療法学専攻 助教 外倉 由之(作業療法士)〉

秋は新米やきのこ、さつまいも、栗等、おいしい食べ物を楽しめる季節ですが、**食事をおいしく、安全に楽しむためには、「のど」の健康も大切です。**

「のど」の動きは、加齢とともに少しずつ変化し、飲み込む力(嚥下機能)が低下することがあります。気付かないうちに食事の「むせ」が増えたり、飲み込みにくさを感じたりすることがあります。このような変化は誤嚥(食べ物や飲み物が誤って気管に入ること)につながることもあるため、早めに気付くことが大切です。



飲み込む力の変化に気付くためのセルフチェックとして、「反復唾液嚥下テスト(RSST)」があります。方法は、「のどぼとけ」に軽く指を当て、30秒間で唾液をできるだけ何回飲み込めるか数えます。飲み込むたびに、のどぼとけが上下に動くので、その動いた回数を数えます。一般的には、30秒間で3回以上飲み込めることが一つの目安とされています。

回数だけで判断するものではありませんが、3回未満であった場合や、「最近むせやすくなった」「食事に時間がかかるようになった」「飲み込みにくい」といった症状が気になる場合は、医療機関等へ相談しましょう。

食事をするときは、椅子に深く腰掛けて足裏を床につけ、軽くあごを引いた姿勢を心掛けましょう。一口量を欲張らず、よく噛んでゆっくり食べることも、飲み込みやすさにつながります。毎日の食事で「のど」の健康を意識し、おいしく安全に秋の味覚を楽しみましょう。



毎年9/24～30は結核・呼吸器感染症予防週間です

感染症の一つである結核は、現在は治療できる病気ですが、今でも全国で1日に約28人の新しい患者が発生し、**約6時間に1人が命を落としている日本の重大な感染症です。**清須保健所管内(清須市、北名古屋市、稲沢市、豊山町)では令和7年に29人の方が新たに結核を発病しました。そのうち約65%が70歳以上と、高齢者に多い傾向があります。

高齢者の結核は、咳や痰がない場合もあり、体重減少や食欲不振等が主な症状となることも多くあります。

結核の早期発見のためには、**毎年の肺がん・結核検診での胸部レントゲン検査や、体調が優れない時に医療機関を早めに受診することが大切です。**

また、乳幼児は結核を発病すると重症化しやすいため、忘れずにBCG接種を受けましょう。

問 清須保健所 健康支援課 ☎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4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参照)

名称	実施日	会 場	実施時間	主な内容等	ID
ベジチェック・塩分チェック	9/11(金)	健康推進課	13:30～14:30	推定野菜摂取量の測定、ミニ講座等	815363877
☎ 心の健康相談	9/14(月)		13:30～ 14:30～ 15:30～ 各50分間	臨床心理士による相談	216615676
☎ 食事なんでも相談	9/17(木)		13:30～ 14:00～ 14:30～ 各30分間	管理栄養士、保健師による相談	496719108
☎ 禁煙サポート相談					692236789

問 健康推進課 ☎052-400-2971