

### 第37回市民インディアカ大会

日時 6月1日(日)

午前9時30分開会式

場所 東小学校体育館

参加資格 市内在住(中学生以上)、在勤の方

チーム編成 7人(監督1人、補欠2人を含む)

・混成の部 男性2人まで(監督を含む)

・女性の部(監督は男性でも可)  
※部門を兼ねることができません。

参加費 1チーム1000円

申込 5月19日(月)までに、所定の申込書に必要事項を記入の上、参加費を添えて左記へ。

その他 この大会は愛知スポーツレクリエーションフェスティバル西尾張大会に出場する代表チームの選考会を兼ねます。(参加条件あり)

問合せ 社会教育課スポーツ振興G  
内線22284



### 子育て・健康

#### ウォーキング講座

#### 目からうろこ一歩きのテクニック

日時 6月1日(日)、22日(日)、7月13日(日)  
(全3回)

午前9時30分～11時45分

場所 総合保健福祉センター、天王川

### 公園

対象 市内在住で実施期間中に64歳以下  
の男性の方

内容 正しいウォーキング方法やウォーキング前後の運動などの運動実習

講師 健康運動実践指導者、健康づくりリーダー

定員 30人(定員を超えた場合は初回参加者を優先後、抽選)

受講料 無料

申込 5月16日(金)までに左記へ。

問合せ 保健センター ☎23-1551



### 第2回親子交流教室

日時 6月5日～7月10日までの毎週  
木曜日(全6回)

午前10時～11時15分

場所 東地区子育て支援センター(生涯学習センター内)

内容 集団遊び・個別支援  
小集団の中で親子のかかわりを深めます。

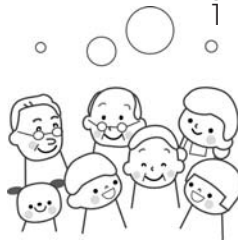
講師 臨床心理士・言語聴覚士・保健師・保育士

対象 市内在住、就園前のお子さん  
と保護者

定員 6組(定員になり次第締切)

申込 5月29日(木)より直接左記へ。

問合せ 東地区子育て支援センター  
☎24-1201



### 高齢者肺炎球菌予防接種費用の一部助成

市では、高齢者の皆さんが、肺炎球菌への感染を予防し、健康で過ごすことができるよう、肺炎球菌の予防接種にかかる費用の一部を助成しています。



助成期間 平成26年9月30日(火)まで

対象者 津島市に住民登録があり、接種時に満70歳以上で、過去に市の助成による接種を受けたことのない方

助成額 3000円(生涯に1度)

接種方法 印鑑を持参のうえ保健センター窓口で申請し、「接種券」の交付を受けた後、医療機関へ予約してください。

※来所が困難な方は、保健センターへお問い合わせください。

接種場所 津島市、愛西市、弥富市、あま市及び海部郡内の指定医療機関

問合せ 保健センター ☎23-1551

### ファミリーサポートセンター 援助会員入会説明会・講習会

日時 5月26日(月)

午後1時30分～4時30分

場所 総合保健福祉センター

対象 市内在住で20歳以上の健康な方  
持ち物 印鑑

その他 託児も行います。  
事業内容については、今月号11ページまたは市ホームページ(子育て・福祉・医療→児童福祉)をご覧ください。

申込 事前に電話または直接左記へ。

問合せ ファミリーサポートセンター  
(総合保健福祉センター内)  
☎24-4001

### 第1回親子あそび講座

日時 6月8日(日)

Aグループ：午前10時～11時  
Bグループ：午前11時～正午

場所 錬成館(剣道場)

内容 お父さんとあそぼうDAY!

講師 早川祐子氏

対象 Aグループ：1歳以上2歳未満の未就園児とその保護者25組  
Bグループ：2歳以上の未就園児とその保護者25組

申込 5月19日(月)午前9時から電話または直接左記へ。

問合せ 西地区子育て支援センター(総合保健福祉センター内)  
☎24-0005

5月31日は、世界禁煙デー



喫煙は、がんをはじめ循環器、呼吸器の疾患など多くの健康影響があります。禁煙にはどんな効果があるのでしょうか。

**禁煙の効果**

実は、最後のたばこから1時間もたないうちから体は反応をはじめ、禁煙の効果が様々な時間レベルで、様々な反応としてあることがわかっています。

20分後	血圧が、最後のたばこを吸う前に近いレベルに戻る。手足の温度が正常に戻る。(血管の収縮がゆるむため)
8時間後	血液中の一酸化炭素レベルが正常に戻る。
24時間後	“心臓発作”のリスクが減る。
3ヶ月以内	循環器系が改善し、肺機能が30%程度増加する。
1~9ヶ月以内	咳、鼻閉、疲労、息切れが減少する。絨毛(小さな毛のようなもので肺の外へと粘液を動かす)が、正常機能を回復し、粘液を動かす、肺をきれいにし、感染を防止する能力が増加する。
1年後	冠状動脈(心臓)疾患の過剰リスクが喫煙者の半分になる。
5年後	脳卒中のリスクが非喫煙者の半分になる。
10年後	肺がんの死亡率が吸い続ける方の半分になる。口腔、喉頭、食道、膀胱、腎臓、膵臓がんのリスクが減る。
15年後	冠状動脈(心臓)疾患のリスクが非喫煙者のレベルまで下がる。

**COOPD(慢性閉塞性肺疾患)をご存知ですか?**

COOPDは、長期にわたってたばこの煙などの有害な物質を吸い続けることで、徐々に肺の機能が低下する病気です。肺・痰・息切れといった日常生活でよくある症状であるため、見過ごしてしまいがちですが、症状が進行すると日常生活もままならなくなり、命にかかわることもあります。

厚生労働省の統計によると、2012年のCOOPDの死亡順位は、第9位となっています。2001年の研究結果では、日本人のCOOPDの患者数は約530万人(40歳以上の約10人に1人)と推定されています。しかし、2011年の患者調査によると患者数は約22万人であり、多くの方がCOOPDの診断や治療を受けていません。早期に適切な治療を受け、重症化させないことがとても大切です。

**個人指導(禁煙編)のお知らせ**

保健センターでは禁煙のお手伝いをさせていただきます。

**日時** 初回面接日は月～金曜日で調整します。その後3カ月間サポートします。

**場所** 総合保健福祉センター

**指導者** 保健師

**内容**

- ・喫煙状況について問診
- ・たばこ検査(呼気中一酸化炭素濃度測定、尿中ニコチン濃度測定)
- ・面接、電話等による禁煙サポート

**対象** 市内在住の禁煙に関心のある方

**費用** 無料

**その他** たばこ検査のみも可能

**申込** 電話または直接左記へ。

**問合せ** 保健センター  
☎23-155-1



**成人の「風しんワクチン接種費用」を助成します**

風しんは、免疫のない女性が妊娠中に感染すると、胎児に難聴、心疾患、白内障を主症状とする「先天性風しん症候群」という病気を起こすことがあります。

愛知県は、先天性風しん症候群の発生を予防するため、妊娠を希望する女性を対象に、風しんの抗体検査を実施しています。

津島市では、その抗体検査の結果、抗体価が不十分である方について、風しんワクチンまたは麻しん風しん混合ワクチン(MRWワクチン)の予防接種費用の一部を助成します。

**風しん抗体検査の対象者等**

妊娠を希望する女性。ただし、出産された方、過去に風しん抗体検査を受けたことがある方、風しんワクチンの接種歴がある方、風しんの既往歴がある方を除く。

検査の申込方法や不明な点等について

では、津島保健所(☎26-4137)にお問い合わせください。

**予防接種費用の助成対象者**

津島市に住み登録のある女性で、愛知県が実施する風しん抗体検査の結果、抗体価が十分でないと判定された妊娠を予定又は希望している方。

**接種方法等** 抗体検査の結果通知書と印鑑を持参のうえ保健センター窓口

で申請し、「接種券」の交付を受けた後、医療機関へ予約してください。

※来所が困難な方は、保健センターへお問い合わせください。

**医療機関** 津島市・海部地域の指定医療機関

**助成額**

- ・風しんワクチン 30000円
- ・麻しん風しん混合ワクチン(MRWワクチン) 50000円

**助成対象となる接種期間**

4月1日(祝)～平成27年3月31日(祝)

**その他**

予防接種費用の助成対象者である方で、接種券の交付を受けずに全額自費で接種した方や指定医療機関以外で接種された方は、助成額分を振り込みで返還します(償還払い)。

償還払いには、別に申請が必要ですので、保健センターにお問い合わせください。なお、償還払いの申請の際には、ワクチン接種時の領収書の原本が必要となりますので、大切に保管してください。

**問合せ** 保健センター ☎23-155-1

## がん検診等のお知らせ

がん検診を勤務先等で受診する機会のない方で検診を希望される方は、市内および海部地区の実施医療機関で受診する「個別検診」、または保健センターで受診する「集団検診」のいずれかを受診することができます。

**個別検診**  
胃がん、大腸がん、肺がん(結核)、乳がん、子宮がん、前立腺がん、肝炎ウイルス、眼科検診、歯科健康診査

### 実施期間

【津島市内の医療機関】

6月1日(日)～10月31日(金)

※乳がん、子宮がん検診は、平成27年3月31日(火)まで。

【津島市以外の医療機関】

6月1日(日)～9月30日(火)

※無料クーポン券を利用した乳がん、子宮頸がん検診のみ、平成27年3月31日(火)まで。

### 受診方法

個別検診を受診される方は、「がん検診等受診券」が必要です。お手元に受診券が届いてから、受診される予定の実施医療機関(全戸配布チラシの医療機関一覧表参照)へ申し込みをさせていただきます。

※津島市民病院の乳がん検診予約受付は、専用電話とインターネットです。

詳しくは、受診券裏面の案内をご覧ください。

### 検診内容、対象者、費用など

検診内容一覧表を参照

次に該当される方は受診料が免除されます(事前申請が必要)

①生活保護世帯の方

②市民税非課税世帯に属する方

該当する方は、必ず受診する前に、がん検診等受診券と、①の方は印鑑と受給証明書を、②の方は印鑑をご持参のうえ、保健センターまでお越しください。※来所が困難な方は、お問い合わせください。

**集団検診**  
胃がん、大腸がん、肺がん(結核)検診、骨粗鬆症検診

### 実施期間と受診方法

※詳細は、「市政のひろば」8月号でお知らせします。

### 受診券の再交付・問合せ

津島市保健センター(健康推進課 人保健G)

津島市上之町1-60

☎23-1551



### 検診内容一覧表 対象者はいずれも津島市に住民登録がある方 個別検診 (実施医療機関で個別に受ける検診)

検(健)診名	検査内容	対象	受診間隔	自己負担金	
				70歳未満	70歳以上
肝炎ウイルス検査	血液検査(B型肝炎抗体検査)(C型肝炎抗体検査)	40歳以上でこの検診を受けたことがない方	—	1,000円	500円
胃がん検診	胃部レントゲン検査(バリウム)	40歳以上の方	年1回	3,000円	1,500円
肺がん(結核)検診	胸部レントゲン検査(同じフィルムで結核検診も行います)			レントゲン 900円 レントゲン+嚥たん 1,600円	レントゲン 400円 レントゲン+嚥たん 800円
大腸がん検診	便潜血検査(2日法)			900円	400円
乳がん検診	マンモグラフィ	40歳以上の女性の方	2年に1回	1,900円	900円
子宮がん検診	内診・子宮頸部(体部)細胞診等	20歳以上の女性の方		頸部細胞診1,200円 頸部+体部細胞診 2,000円	頸部細胞診 600円 頸部+体部細胞診 1,000円
前立腺がん検診	血液検査(PSA検査)	40歳以上の男性の方	3年に1回	1,200円	600円
眼科検診	視力、眼圧、眼底検査等	40歳以上70歳以下の方		1,300円	600円
歯科健康診査	歯牙・歯周疾患検診			1,000円	500円

### ▶ 個別検診の申込から結果受取りまでの流れ



### 【注意事項】

- ・年齢はいずれも年度内に到達する年齢です。
- ・受診日に津島市に住民登録がない方、同一のがん検診を複数回受診された方、対象外の方が受診された場合は、検査費用は全額自己負担をお願いします。
- ・疾病により現在治療中の方は、検診の可否について主治医にご相談ください。
- ・各種検診は、個別・集団検診を組み合わせることもできますが、同一のがん検診は年度1回のみの受診となります。同じ検診を重複しての受診はできません。

津島市内実施医療機関一覧表 (順不同)

※海部地区の実施医療機関は、全戸配布チラシ参照

医療機関名	所在地	電話番号	がん検診等							
			肝炎ウイルス	胃がん	肺がん	大腸がん	乳がん	子宮がん	前立腺がん	眼科
安藤病院	唐臼町	31-4070	○	○	○	○	乳がんマンモグラフィ検診は津島市民病院で実施	○		
井田医院	西柳原町1	26-2676	○		○	○		○		
大橋産婦人科クリニック	埋田町2	26-7111						○		
奥村クリニック	申塚町1	22-2600	○	○	○	○			○	
加藤医院	宇治町	24-1515	○	○	○	○			○	
神守診療所	神守町	28-3650	○	○	○	○			○	
クリニックつしま	百島町	28-7111	○	○	○	○			○	
くろかわ内科クリニック	神守町	22-2288	○	○	○	○			○	
サトウ胃腸科クリニック	錦町	28-3102	○	○	○	○			○	
篠田内科	藤浪町5	25-6331	○	○	○	○			○	
ジュンクリニック	橋詰町3	22-2333	○		○	○			○	
すぎのクリニック	元寺町2	25-8122	○	○	○	○			○	
杉山クリニック	中地町4	26-2006	○	○	○	○			○	
貴子ウィメンズクリニック	申塚町1	23-2277						○		
たやす腎クリニック	愛宕町4	28-3711	○		○	○			○	
つしまセントラルクリニック	今市場町2	55-9111	○	○	○	○			○	
津島中央病院	葉苅町	24-0111	○			○			○	
坪内医院	江東町1	28-6300	○	○	○	○			○	
はせ川外科	神守町	24-3370	○	○	○	○			○	
彦坂外科	東愛宕町3	25-8355	○	○	○	○			○	
平井クリニック	高台寺町	33-0888	○		○	○			○	
平野医院	西愛宕町2	26-7584	○	○	○	○			○	
松永医院	南門前町2	26-2022	○	○	○	○			○	
真野産婦人科	大字津島字北新開	26-4556						○		
ワシノ医院	又吉町2	26-2851	○	○	○	○			○	
大鹿眼科	東柳原町4	23-0900							○	
大橋眼科医院	今市場町1	26-2029							○	
むろや眼科	江東町2	25-1966							○	

※実施医療機関等の都合により変更になる場合があります。  
 ※検診を実施している曜日、時間等は医療機関へ直接お問い合わせください。

歯科健康診査実施医療機関一覧表

(順不同)

医療機関名	所在地	電話番号	医療機関名	所在地	電話番号
愛歯科高見クリニック	又吉町1	23-1351	すずき歯科	神守町	24-7133
井桁歯科	橘町2	25-7880	昭和歯科クリニック	昭和町4	26-1333
石垣歯科医院	浦方町	26-2710	関根歯科医院	良王町1	25-7302
井田歯科	莪原町	25-4838	高嶋歯科医院	宮川町1	26-3939
ウエダ歯科クリニック	金柳町	31-3922	田中歯科	立込町2	25-4151
宇佐見歯科医院	青塚町	28-7280	寺本歯科医院	光正寺町	25-6122
内田歯科医院	南本町3	26-2714	日光川歯科	百島町	24-1725
大鹿歯科医院	藤浪町3	26-2043	はせ川歯科	神守町	24-3834
大鹿デンタルクリニック	埋田町5	25-7198	ひらの歯科	天王通り6	28-4180
下切歯科医院	下切町	26-0118	マジマ歯科医院	東柳原町4	26-2805
津島歯科	錦町1	28-4937	ヒルマデンタルクリニック	蛭間町	26-0586
佐藤歯科医院	柳原町1	26-4335	向井歯科医院	葉苅町	26-1881
佐藤歯科診療所	藤里町3	28-0222	歯科山田クリニック	西愛宕町1	24-8005
櫻井歯科医院	大字津島字北新開	26-0855	ヨコイ歯科	藤里町2	24-3537
杉野歯科	橘町4	26-4423	わたなべ歯科医院	西愛宕町2	26-0808
唐臼歯科医院	唐臼町	32-2233			

※実施医療機関等の都合により変更になる場合があります。  
 ※検診を実施している曜日、時間等は医療機関へ直接お問い合わせください。

定期予防接種の接種間隔について

平成26年4月1日から定期予防接種の接種間隔等が、変更されました。

4種混合、3種混合、ポリオ

対象 生後3月～90月に至るまで

初回接種 20日以上、標準的には56日

までの間隔をにおいて3回

追加接種 変更ありません。

日本脳炎

対象 生後6月～90月に至るまで(標準は3歳)

初回接種 6日以上、標準的には28日

までの間隔をにおいて2回

追加接種 初回接種終了後6月以上、

標準的にはおおむね1年の間隔を

おいて1回

Hib(ヒブ)感染症

対象 生後2月～60月に至るまで

①初回接種開始時に生後2月から7月

に至るまでの間にあるお子さん

初回接種3回、追加接種1回

②初回接種開始時に生後7月に至った

日の翌日から12月に至るまでの間に

あるお子さん

初回接種2回、追加接種1回

初回接種 27日(医師が必要と認めた

場合には20日)以上、標準的には56日

までの間隔をおく。ただし、生後12月

を超えたら行わない。

追加接種 初回接種終了後7月以上、

標準的には13月の間隔をおく。ただ

し、生後12月までに①の場合は3回、

②の場合は2回完了しなかった場合

は、初回接種に係る最後の接種終了後、27日(医師が必要と認めるときは20日)以上の間隔をおく

※1歳を過ぎてから接種を開始された方は変更ありません。

小児の肺炎球菌感染症

対象 生後2月～60月に至るまで

①初回接種開始時に生後2月から7月

に至るまでの間にあるお子さん

標準的には生後12月までに初回接種

3回、追加接種については生後12月か

ら15月に至るまでの間を標準的な期

間として1回

②初回接種開始時に生後7月に至った

日の翌日から12月に至るまでの間に

あるお子さん

標準的には生後12月までに初回接種

2回、追加接種1回

初回接種 27日以上の間隔をおく。生

後24月を超えたら行わない。(追加接

種は実施可能)①で2回目の接種が

生後12月を超えた場合、3回目の接

種は行わない。(追加接種は実施可能)

追加接種 初回最終の接種終了後60日

以上の間隔をおいた後であつて、生後

12月以降に接種。

※1歳を過ぎてから接種を開始された

方は変更ありません。

子宮頸がん予防ワクチン

対象 小学6年生相当～高校1年生相

当の女子

サービックス 標準的な接種方法と

して、1月の間隔をにおいて2回行った

後、1回目の接種から6月の間隔を

おいて1回行うこと。ただし、この方法をとることができない場合は、1月以上の間隔をにおいて2回行った後、1回目の接種から5月以上、かつ2回目の接種から2月半以上の間隔をにおいて1回行うこと。

ガーダシル 変更ありません。

※現在、子宮頸がん予防ワクチンの積極的な勧奨はしてありません。

問合せ 保健センター ☎23-1551

予防接種について

転入された7歳未満のお子さんを

もつ保護者の方へ

市では、予防接種台帳を整備し、接種状況の把握と指導に役立てています。転入された方は、接種歴について母子健康手帳を持参のうえ、保健センター(上之町1-60)へ届け出をお願いします。

予防接種予診票

予防接種の際に使用する予診票は、津島市発行のものしか使用できません。

お持ちでない方は、予防接種歴を届け出る際に申し出てください。

問合せ 保健センター

☎23-1551

介護予防のすすめ！  
(基本チェックリスト判定)

高齢者に起こりやすい栄養の偏りや足腰の衰えなど、危険な老化のサインを早期発見し、介護が必要にならないよう予防することを介護予防と言います。

市では、満65歳以上の方で、介護認定を受けていない方に、「基本チェックリスト」と呼ばれる25項目の質問に「はい、いいえ」などで答えていただき、生活機能の低下があるかどうかの判定を実施いたします。

「基本チェックリスト」は、4月もしくは10月に郵送させていただきます。この「リスト」に記入し、市へ返信してください。その結果に基づき必要な方は、ご本人に合った介護予防事業の教室をご案内します。

- ☆体を動かす「はつらつ体操教室」(運動器の機能向上)
- ☆バランスよい食事のための「いきいき栄養教室」(栄養改善)
- ☆おいしく食事をとるための「元気がむかむか教室」(口腔ケア)
- ☆物忘れを防ぐための「頭の体操教室」(認知症予防)

問合せ 高齢介護課長寿福祉G

内線2146



病児・病後児保育の実施について

児童が病気の安定期または回復期にあつて、入院の必要はないが集団保育が困難であり、かつ保護者が仕事などで家庭では保育ができないときに、専任の看護師及び保育士が専用の保育室でお子さんをお預かりします。

受入開始 平成26年6月

実施施設 神島田保育園(中一色町東郷4)

利用日 月曜日～金曜日(休園日を除く)、原則連続して5日間以内

利用時間 午前8時30分～午後4時30分まで

利用定員 3人

休業日 土曜日・日曜日・祝日・12月29日～1月3日

対象児童 市内在住の生後6カ月から小学3年生までの児童

預かれる病気

・発熱については、すでに解熱した状態(38度未満)

・外傷性疾患(骨折、縫うようなケガ、熱傷など)については、症状が安定した状態

・学校保健安全法施行規則に準ずる登園停止の病気については、他児へ感染するおそれがない状態

・右記以外の病気については、かかりつけ医が当事業の利用を可能と判断した場合

利用料 1日につき2000円(給食及びおやつ代は別途必要)

事前登録

病児・病後児保育室を利用するためには、事前登録が必要となります。実施施設で登録をしてください。

申込 事前に実施施設へ空き状況をご確認いただき、仮予約をしてください。

利用当日までに利用申込書とかかりつけ医(市内の病院)の証明(診療情報提供書、手数料500円必要)を添えて実施施設にお申し込みください。

利用にあたって 利用の際には、着替え、タオルなど、ご用意いただくものもあります。お申し込みの際に実施施設にご確認ください。

その他 病児・病後児保育登録申請書、利用申請書・診療情報提供書などは、児童課及び実施施設で配布します。

また、市ホームページからダウンロードしていただけます。

問合せ 児童課児童・保育G

内線2221

神島田保育園 ☎31-2000

歯の健康センター

日時 6月1日(日)

午前10時～午後2時

場所 児童科学館

対象 乳幼児とその保護者

内容 歯科健康診査、RDテスト(唾液の中のむし菌菌の数を判定)、ブラッシング指導、フッ化物塗布、パネル展

持ち物 歯ブラシ

主催 市歯科医師会

共催 市、津島保健所、愛知県歯科衛生士会

後援 市教育委員会

問合せ 保健センター ☎23-1551



素敵なパ・ママになるなら今でしょ

いつまでも素敵な親でいるために

実施期間 6月7日(土)～平成27年2月28日(土)

※機器の貸し出しと返却に2日間のみ保健センターへお越しください。

内容 歩数と体組成を自宅で計測し、生活習慣の見直しをネット通信でサポートします。

対象 市内在住の40歳未満の方

定員 20人

受講料 2700円(機器貸出料とD使用料として)

申込 5月7日(水)～23日(金)に電話・メールまたは、直接左記へ。

問合せ 保健センター ☎23-1551

「津島市糖尿病大学」三期生

市が行う糖尿病予防に関する講座や教室等をご自身のご都合に合わせて選択し受講していただきます。

実施期間 6月7日(土)(開講式)～平成

27年3月7日(土)(終了式)

対象 市内在住の方

定員 30人

受講料 2700円(あいち健康プラザ研修費として)

※講座によって受講料が別途発生する場合があります。

申込 5月7日(水)～23日(金)に電話または、直接左記へ。

興味のある方に詳細を郵送します。

問合せ 保健センター ☎23-1551

里親の養育体験発表会

親の事情により家庭で生活できない子どもを、自らの家庭に迎え、養育する方を「里親」といいます。里親のお話を聴いてみませんか。

日時 5月14日(水)

午前10時30分～正午

場所 海部総合庁舎4階会議室

内容 里親制度の説明、里親の養育体験発表

対象 里親制度に興味のある方

参加費・申込 不要

問合せ 海部児童・障害者相談センター(海部総合庁舎3階海部福祉相談センター内) ☎25-8118

