

# 1月の保健ガイド



お問い合わせは、こども相談課へ

☎76-5310 ㊚34-4379

✉soudan@city.aichi-miyoshi.lg.jp



ホームページ

▶教室・相談などの申し込み 8:30~17:15

※場所の記載がない場合の会場は、保健センターです。保健センター内では、ミルクとお茶以外の飲食は禁止です。他市町村、または海外から転入した人で、ご不明なことがあればこども相談課へお問い合わせください。

## ▶乳幼児健診・教室 Exame Infantil de Saúde - Curso

健診名	日程	備考
3・4カ月児健診 Exame Médico para bebês de 3~4 meses	1月9日(火)	●健診案内文と問診票を対象者に送付します。転入などで届かなかった人はご連絡ください。 ●指定日で受けられないときのみ、別の日を予約しますのでお知らせください。ただし、指定日前への変更はできません。 ●健診によって持ち物が異なります。詳しくは健診案内をご覧ください。
	1月23日(火)	
1歳6カ月児健診 Exame Médico para crianças de 18 meses	1月11日(木)	
	1月24日(水)	
3歳児健診 Exame Médico para crianças de 3 anos	1月10日(水)	
	1月17日(水)	

教室名	日程	対象	内容	定員	申し込み	備考
すくすく教室 Aula de prevenção sobre a alimentação e	1月10日(水)	生後7カ月ころの子	身体計測、離乳食の話	10人	12月28日(木)まで	時間は予約時にご案内します。
歯科健診 Exame odontológico	1月16日(火)	就学前までの子	歯科医師の診察、フッ化物歯面塗布(希望児)	20人	1月9日(火)まで	
むし歯予防教室 Aula de orientação de prevenção de cárie	1月15日(月)	令和4(2022)年12月生まれの子	身体計測、むし歯予防の話、ブラッシング指導	16人	1月5日(金)まで	
わんぱく教室 Conselho sobre nutrição da criança	1月9日(火)	令和3(2021)年11月・12月生まれの子	身体計測、生活習慣の話、ブラッシング指導	12人	12月28日(木)まで	
さくらんぼ Palestra para mamães de filhos gêmeos	1月24日(水) 受付 9:50~10:00	多胎妊婦、多胎児(未就園児)とその保護者	身体計測、多胎児を育てている母親や妊婦さん同士の交流、相談、情報交換の場所	12組	1月17日(水)まで	

## ▶妊婦 Gestante

教室名など	日時	対象	内容	持ち物	定員	申し込み
母子健康手帳交付 Entrega da carteira de saúde Materno-Infantil	閉庁日を除く火・水・木曜日 受付 9:00~11:00 ※要予約	妊婦	母子健康手帳、妊産婦乳児健康診査受診票の交付・説明(場所:市役所2階こども相談課)	妊娠届出書 ※手続きには「妊婦の口座の分かるもの」「個人番号(マイナンバー)」「本人確認書類」が必要です。	各日5人	交付希望日の前日までに電話またはメール
パパママ教室	前期(マタニティ)コース 1ª sessão (maternidade)	妊娠16~25週の妊婦とその夫(妊婦・夫のみでも可)	妊娠中の生活、母乳育児と栄養、歯の健康	母子健康手帳、子育てサポートガイド、筆記用具	15組程度	12月15日(金)まで
	後期(沐浴)コース 2ª sessão (banho)	妊娠26週以降の妊婦とその夫(妊婦・夫のみでも可)	赤ちゃんのお世話体験(着替え、オムツ替え、抱っこなど)、沐浴指導	母子健康手帳、子育てサポートガイド、筆記用具、バスタオル	15組程度	1月15日(月)まで

## ▶育児・健康相談 Consultas sobre Criação de Filhos e Saúde

健康に関して相談のある人は気軽にご相談ください。  
母子健康手帳・みよし市発行の健康手帳をお持ちください。

相談名	日時	定員	申し込み	備考
月曜育児健康相談 月曜健康相談 Consulta sobre cuidados com a criança Consulta sobre a saúde	1月15日・22日・29日の月曜日 受付 9:30~14:30	23人	要予約。こども相談課まで電話	身体計測、発達、食事、歯の健康などの育児相談
出前育児相談 Consulta sobre cuidados com a criança antes do nascimento	1月16日(火) 受付 9:30~11:00	14人		おかよし交流センターにて保健師・歯科衛生士・管理栄養士・助産師が相談に応じます
母乳育児相談 Consulta sobre cuidados com a criança O leite de mamãe	1月22日(月) 受付 9:00~11:00	3人		助産師が相談に応じます。予約の際に相談内容についてお聞かせください
発達育児相談 Consulta sobre o desenvolvimento da criança	1月15日(月) 受付 9:00~14:00	4人		精神発達で心配のある就学前のお子さんの相談に心理相談員が応じます

## ▶ 健診・検診 CHECK UP MÉDICO・EXAME MÉDICO お問い合わせは、保険健康課へ

☎76-5880 ㊚34-3388 ✉hoken@city.aichi-miyoshi.lg.jp



ホームページ

みよし市で受ける各種成人の健診(検診)には「みよし市健康診査受診券」が必要です。令和5(2023)年度「みよし市健康診査受診券」は3月中旬に発送しました。受診を希望する人で、受診券がお手元にない人は、保険健康課にお問い合わせください。年齢は、本年度末(令和6(2024)年3月31日現在)の年齢です。またがん検診には個人負担金免除

制度があります。対象者や対象の検診など詳しくはホームページをご覧ください。自覚症状のある人は、検診ではなく早めに医療機関を受診してください。

※他市町村または海外から転入された人で、予防接種・健診(検診)でご不明な点は保険健康課までお問い合わせください。

## フレイルサポーター養成講座

フレイルとは高齢期に心身の機能が衰え、要介護になる危険性が高い状態をいいます。フレイルは介護が必要になる前の早い時期に、生活習慣を見直すことで健康な状態に引き返すことができます。フレイルについて学び、フレイル状態の人を必要な支援につなげ見守る「フレイルサポーター」になりませんか。フレイルサポーターご自身はもちろん、家族・仲間とともに人生100年時代を健康に過ごすためのポイントを楽しくお伝えします。



申し込み  
フォーム

**日時** 令和6(2024)年1月19日(金) 10:00~11:00(受け付けは 9:40~9:55)

**場所** おかよし交流センター1階ホール

**講師** 東海学園大学スポーツ健康科学部の丸山裕司教授 **対象** 市内在住 **定員** 先着で50人

**申込** 令和6(2024)年1月5日(金)までに申し込みフォームへ入力、保険健康課へ電話、または直接



## ポリファーマシーをご存知ですか？

### ●ポリファーマシーとは

poly(=複数)とpharmacy(=調剤(薬局))を合わせた「多剤服用」を指す言葉です。

単に服用する薬剤が多いことではなく、必要以上の薬や不要な薬を服用することで副作用の発生や正しく薬が飲めなくなるなどの害のある状態をいいます。



### ●予防するためにできること

- 気軽に相談できるかかりつけ医・薬局を持つ
- お薬手帳を病院や薬局ごとに分けずに1冊にまとめ、医療機関を受診する際には忘れずに持参する
- 薬を飲んでめまい・ふらつきなどの気になる症状があった場合は、必ずかかりつけ医に相談する

## 救急医療施設の連絡先

### ■休日・夜間の救急医療施設

※電話で確認してからお越しください。

時間は受付時間

●みよし市民病院  
みよし市三好町八和田山15 ☎0561-33-3300

●豊田地域医療センター  
豊田市西山町3-30-1 ☎0565-34-3000

①内科・外科(翌朝9:00まで)

平日19:00~、土曜日14:00~(外科は19:00~)  
日・祝・年末年始17:00~

②歯科 日・祝・年末年始・お盆のみ10:00~15:00

●休日救急内科診療所  
豊田市西山町3-30-1 ☎0565-32-7150

内科・小児科

日・祝・年末年始の9:00~11:30、13:00~16:30

●愛知県救急医療情報センター ☎0561-82-1133  
(上記で救急診療が利用できない場合、医療機関を検索)

### ■1月の休日救急外科(昼間当直受付 9:00~16:30)

1日(年始) さいとう整形外科  
豊田市明和町2-58-3 ☎0565-29-3110

2日(年始) 上郷整形外科・リハビリテ  
ーション科 ☎0565-25-0377  
豊田市和会町稲葉28-1

3日(年始) つかさ整形外科  
豊田市司町5-12 ☎0565-37-3322

7日(日) 上郷整形外科・リハビリテ  
ーション科 ☎0565-25-0377  
豊田市和会町稲葉28-1

8日(祝) ひので整形外科  
豊田市日之出町2-11-11 ☎0565-36-5511

14日(日) むつおクリニック  
豊田市浄水町伊保原173-1 ☎0565-43-3688

21日(日) さくら病院  
豊田市豊栄町11-131 ☎0565-28-3691

28日(日) いながき整形外科  
豊田市宮町5-53 ☎0565-31-2525