

ポイントマークがあるものを受診したり参加したりすると「東浦町いきいきマイレージ」のポイントが貯められます！



毎月 19 日は食育の日

保健
センター
だより



リフレッシュ体操講座

健康体操をしてみませんか。音楽に合わせてのびのび体操します。

- と き 3月9日(火) 午前10時～11時30分
- ところ 藤江コミュニティセンター
- 内 容 ウォーキング、ストレッチ、健康体操などの実技指導
- 対 象 町内在住の20歳以上の方
- 定 員 30名(先着順)
- 講 師 健康運動指導士 伊藤 敦子氏
- 受講料 無料

●持ち物 運動できる服装、タオル、飲み物、ヨガマット(またはバスタオル)

●その他

素足で運動します。(滑り止め付きのくつ下は可)

●申し込み 2月8日(月)～3月8日(月)に問い合わせ先へ(電話申込可)



げんきっ子教室(予約制・託児あり)

一緒に体操をする中で、親子のふれあいを楽しみましょう。

- と き 3月5日(金) 午前10時～11時45分
- ところ 総合子育て支援センター(うららん)
- 内 容 親子体操、食生活とむし歯予防の話
- 対 象 2歳～未就園児とその保育者
- 定 員 8組程度

●持ち物 筆記用具、お茶、タオル、母子健康手帳、室内靴(親子)

●託 児 4か月～未就園児

・定 員 10名(先着順)

・託児料 無料

●申し込み

3月4日(木)までに保健センターへ(電話申込可)

新型コロナウイルス感染症対策を踏まえた適切な医療機関の受診について

新型コロナウイルス感染症などへの感染の懸念から、医療機関の受診を控えていませんか？過度な受診控えは、健康上のリスクを高めてしまう可能性があります。

乳幼児の予防接種を遅らせると、免疫がつくのが遅れ、重い感染症になるリスクが高まります。また、生活習慣病やがんの早期発見には、定期的な健診と

適切な受診が重要です。

健康が気になる今だからこそ、かかりつけ医に早めに相談し、健診は予定どおり受けましょう。

厚生労働省「上手な医療のかかり方」→



買い物や外食するときは、感染症対策を！

新型コロナウイルス感染症拡大防止と社会経済活動の両立を図るため、店舗で買い物をするときや外食をするときは、自身の感染予防対策に加え、他の方に感染させない気遣いも大切です。

品薄や欠品、席の配置の制限など、従来のサービスと異なり戸惑うことがあるかもしれませんが、「お買い物エチケット」への協力と、お店の応援をお願いします。

みんなで心がけよう、感染症対策

- ・咳エチケットや手洗い・消毒などを行う
- ・できるだけ少人数でお店へ行く
- ・滞在時間を短くする、混雑する時間帯を避ける



詳細は
消費者庁
ホームページへ



3月の予定 保健センター ☎ 83-9677 (Fax) 83-9678

個別通知する案内は掲載していません。町ホームページをご覧ください。
「ところ」の表記がないものは「保健センター」で実施します。



母子健康手帳交付 (記帳あり 事前予約制) 乳幼児健診・相談

と き	8日、22日(月) 9:40~9:50
内 容	妊娠中の話、マタニティキーホルダーも交付
持ち物	妊娠届出書、マイナンバーの確認できるもの、健康保険証

名 称	対 象	日にち	内容 (計測・個別相談は共通)
4か月児健診	R2. 11月生	19日(金)	診察・産婦歯科健診
7か月児健診	R2. 8月生	17日(水)	診察
歯っぴー相談 (1歳児計測)	R2. 2月生	15日(月)	ブラッシング指導 ☆
1歳6か月児健診	R1. 9月生	12日(金)	診察・歯科健診・ブラッシング指導・フッ素塗布 ☆
2歳2か月児歯科健診	H31. 1月生	10日(水)	歯科健診・ブラッシング指導・フッ素塗布 ☆
3歳0か月児健診	H30. 3月生	3日(水)	尿検査・診察・歯科健診・ブラッシング指導・フッ素塗布 ☆

- 受付時間 13:00~14:00
- 持ち物 母子健康手帳 ☆印:歯ブラシ、コップ、タオル ※体調不良などで来所できない場合は連絡してください。 ※11:00の時点で暴風警報などが発令中の場合は中止

乳幼児予防接種 町内医療機関で実施中

予防接種の種類や年齢によって医療機関が異なります。対象月齢・接種間隔を確認して接種してください。予診票がない方、接種間隔など不明点は保健センターへ ※かかりつけ医が町外の場合など、県内協力医療機関でも接種可 (接種1週間前に手続きが必要)

赤ちゃん和妈妈のホットスペース 予約不要

と き	内 容	対 象	持ち物
8日(月) 13:30~15:00	赤ちゃんを連れて、悩みを相談したり、おしゃべりしに来たりしてください。	入退室 自由	母子健康手帳、バスタオル、赤ちゃんに必要なもの
22日(月) 13:30~15:00			

※母乳相談(予約制)も随時行っています。ご希望の方は保健センターへ

医療機関がん検診

検診名	実施医療機関	受診料
胃がん検診	ゆりクリニック(森岡)	受診料…4,000円 受診料無料の方…東浦町国民健康保険加入者、満70歳以上の方、生活保護受給者、町民税非課税世帯者、65~69歳の後期高齢者医療加入者
	さとう内科クリニック(緒川)	
	藤沢医院(石浜)	
	やまもとクリニック(石浜)	
前田クリニック(藤江)		
申込希望者は、保健センターへお越しください。		

がん検診 完全予約制 ※個別胃がん検診…町内指定医療機関で実施(料金:4,000円)

検診名	日にち	ところ	受付時間	20歳以上 子宮頸	40歳以上 乳腺	50歳以上 胃	50歳以上 大腸	50歳以上 前立腺	受診料
男性検診	3日(水)	保健 センター	9:00~11:00			●	●	●	子宮頸1,200円、乳腺1,400円、胃1,400円、大腸500円、前立腺600円 受診料無料の方…東浦町国民健康保険加入者、満70歳以上の方、生活保護受給者、町民税非課税世帯者、65~69歳の後期高齢者医療加入者、がん検診無料クーポン券対象者
男性検診	5日(金)					●	●	●	
女性検診	10日(水)			●	●	●	●		
女性検診	23日(火)			●	●		●		

※定員に達している場合があるため、申し込む前に問い合わせてください。

3月の休日急病診療 受付 9:00~12:00

日にち	診療所名	電話番号
7日(日)	藤沢医院(内・外・消・乳外・肛)	83-8111
14日(日)	巽ヶ丘クリニック(内・循・小児)	35-1111
20日(土・祝)	前田クリニック(内・胃・眼・皮)	84-6618
21日(日)	さとう内科クリニック(内・胃・小児・呼・循)	83-5166
28日(日)	小林クリニック(泌・内・外)	84-5858

こころの保健室(心の健康など)

臨床心理士	17日(水)	13:30~ (40分程度 予約制)
保健師	10日、24日(水)	



- インフルエンザ・新型コロナウイルスの検査は原則行いません。
- 発熱などがある方は事前に連絡してください。

急病で困ったときは…

- あいち救急医療ガイド ☎ <https://www.qq.pref.aichi.jp/>
- 愛知県救急医療情報センター(24時間) ☎33-1133
- 小児救急電話相談(毎日19:00~翌朝8:00)
☎「#8000」(短縮番号が使えない場合は ☎052-962-9900)
- 半田歯科医療センター(診療時間 9:00~13:00)
☎0569-23-2636 ※身体障がい者(児)などは毎週木曜日
- あいちこころほっとライン365(毎日9:00~16:30)
☎052-951-2881
- 名古屋いのちの電話(24時間)
☎052-931-4343
- 全国版救急受診アプリ「Q助」

Q助アプリ

