

11月の予定

保健センター ☎ 0562-83-9677

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。



保健
センター
だより

母子健康手帳交付 (託児あり 事前予約制)

とき	9日(月)・24日(火) 9:15～9:30
内容	母子健康手帳の交付、妊娠中の話など
持ち物	妊娠届出書、マイナンバーが確認できるもの、顔写真付きの身分証明書、振込先金融機関口座確認書類
	当日、給付金の申請をしていただきます。 ←詳細は町ホームページでご確認ください。



乳幼児予防接種 (町内医療機関で実施中)

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週間前までに手続きが必要)

乳幼児健診・相談

名称	対象	日にち	内容(計測・個別相談は共通)	
4か月児健診	R 8.7月生	27日(金)	診察・産婦歯科健診	●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
7か月児健診	R 8.4月生	25日(水)	診察	
1歳6か月児健診	R 7.5月生	6日(金)	診察・歯科健診・ブラッシング・フッ素塗布 ☆	
2歳2か月児歯科健診	R 6.9月生	9日(月)	歯科健診・ブラッシング・フッ素塗布 ☆	
3歳0か月児健診	R 5.11月生	4日(水)	尿検査・屈折検査・診察・歯科健診・ブラッシング・フッ素塗布 ☆	

赤ちゃんのホットスペース (予約不要)

※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

とき	ところ	内容	対象	持ち物
2日(月) 13:30～15:00	保健センター	赤ちゃんを連れて、悩みを相談したり、おしゃべりしに来てください。午後2時頃からふれあい遊びがあります。	入退室自由	生後7か月になるまでの赤ちゃんとその保護者
24日(火) 13:30～15:00				

妊婦さんも参加OK

赤ちゃんのホットと広場 (予約制(先着6組))

問い合わせ みか助産院 ☎080-6970-1049

予約はコチラ

とき	ところ	内容	対象	持ち物
10日(火) 10:00～11:30	みか助産院	赤ちゃんを連れて、おしゃべりしに来てください。赤ちゃんと一緒にホットと安らげる場所です。	入退室自由	生後6か月になるまでの赤ちゃんとその保護者1名
24日(火) 10:00～11:30				



がん検診 (完全予約制) ※個別バリウム胃がん検診…町内指定医療機関で実施(料金:5,200円)

検診名	日にち	ところ	受付時間	20歳以上	40歳以上			50歳以上	受診料…子宮頸1,500円、 乳腺1,400円、胃1,900円、大腸600円、 前立腺700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
				子宮頸	乳腺	胃	大腸	前立腺	
女性検診	6日(金)	保健 センター	9:00～11:00	●	●	●	●		
男性検診	28日(土)					●	●	●	
女性検診				●	●	●	●		



※定員に達している場合があるため、申込み前に問い合わせてください。 ※胃内視鏡検査(6月より開始)

11月の休日急病診療 受付時間 9:00～11:30 (診療時間 9:00～12:00) ⚠ 発熱などがある方は事前に連絡してください。

日にち	診療所名	電話番号
1日(日)	前田クリニック(内・胃・眼・皮)	0562-84-6618
3日(火・祝)	さとう内科クリニック(内・胃・小児・呼・循)	0562-83-5166
8日(日)	小林クリニック(泌)	0562-84-5858
15日(日)	まつおか整形外科(整・内・脳外・リウ・リハ)	0562-82-1222
22日(日)	於大クリニック(内)	0562-82-1911
23日(月・祝)	ゆりクリニック(内・消・リハ)	0562-82-3337
29日(日)	やまもとクリニック(内・循・小児・消内)	0562-82-0600

こころの保健室(心の健康など)

臨床心理士	25日(水)	13:30～ (40分程度 完全予約制)
保健師	11日(水)、18日(水)	

急病で困ったときは…

- 愛知県救急医療情報センター(24時間) ☎0562-33-1133
- 小児救急電話相談 平日 19:00～翌朝8:00
土・日・祝日・年末年始 8:00～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 ☎0569-23-2636 身体障がい者(児)などは毎週木曜日(要予約)
診療時間/日・祝日・年末年始 9:00～13:00
- あいこほっとライン365(毎日9:00～20:30)
☎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」
- あいこ救急医療ガイド

Q助アプリ



あいこ救急



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！

自己
ポイント
参加ポイント
2

健康
ポイント
必須ポイント
40

保健
センター
だより

参加しよう！いきいき健康マイレージ事業

町では、町内在住・在勤の18歳以上の方を対象に、保健センターの実施する各種検診などを受けてポイントを獲得し、ポイントを貯めると「チャレンジ達成賞」がもらえる「いきいき健康マイレージ事業」を実施しています。町は、自らの健康づくりや介護予防への取り組みを応援しています。

■参加方法は？

健康ポイント(40ポイント)と自己ポイント(60ポイント)を合わせて100ポイントを貯めて、「チャレンジ達成賞」と引き換えます。

■「チャレンジ達成賞」って？

- ▶全員…マイカ「あいち健康づくり応援カード」
 - ▶町内在住の方限定…さらに次の利用券を進呈します。
 - ・うらら乗車回数券(100円券×11枚)
 - ・プール等施設利用補助券(200円補助券5回綴り1枚まで)
 - ・町内運動教室等利用券(5施設)
- ※「町内運動教室等利用券」は、現在会員になっている方へのお渡しはできません。

健康
ポイント
必須ポイント
40

男性料理教室

簡単でバランスのよい料理を基本から学ぶことができます。今まで料理をしたことがないという方も、男性だけの教室で気軽に料理を始めてみませんか？もちろんすでに料理をしている方も大歓迎です！

●とき

12月10日、2027年1月14日、2月4日、3月11日
(各木曜日 全4回)
午前10時～午後1時

- ところ 緒川コミュニティセンター
- 内容 講話、調理実習
- 対象 町内在住で65歳以上の男性
- 定員 10名程度(先着順)
- 講師 町管理栄養士など
- 受講料 無料
- 申込み

10月9日(金)～11月30日(月)に問い合わせ先へ

健康
ポイント
必須ポイント
40

食からの健康づくり講座

食生活を中心とした健康づくりを学ぶ「ひがしうら食改」養成講座を開催します。料理をすることが好きな方、食と栄養について興味がある方は「ひがしうら食改」に入会しませんか？まずは試しにみんなで料理を体験してみましょう！1人では挑戦しないメニューも仲間とやればチャレンジできます！

●とき・ところ・内容

と き		ところ	内容
11月24日(火)	10:00～12:00	緒川コミ ユニテイ センター	講話
12月15日(火)	10:00～13:00		調理 実習
2027年1月19日(火)			
2027年2月16日(火)			

- 講師 町管理栄養士など
- 受講料 無料
- 申込み 随時、問い合わせ先へ

■ひがしうら食改とは？

食生活を自主的に学びながら、地域の食育のボランティアとして活躍しています。

主な活動内容

産業まつり健康展での試食提供、食育イベントの補助、総合子育て支援センター(うららん)での料理教室の講師、料理同好会の講師など



毎年10月は「乳がん月間」

乳がんの「早期発見・早期治療」の大切さを理解し、この機会にご自身の身体と向き合ってみましょう！

■乳がんとは

乳房に張り巡らされている乳腺に悪性の腫瘍ができるのが乳がんです。乳がんは、30代後半から増え40～50代で多くみられ、女性が一生で1番かかりやすいがんです。また、乳がんは唯一、自己触診で発見できる可能性のあるがんと言われています。

検診を受け、早期に発見できれば高い確率での完治が期待できるため、定期的に自己触診を実施し、乳がん検診を受診しましょう。

■予防方法について

▶意識した生活

「ブレスト・アウェアネス」とは、乳房を意識する生活習慣のことです。忙しい毎日の中でも正常な乳房の状態を把握しておけば「いつもと違う変化」に気づきやすくなります。

①知る…日頃から自分の乳房の状態を知る」ことが大切です。自分の乳房を見て、触って、感じてみましょう。

②気づく…乳房の「いつもと違う」変化がないか意識しましょう。

【チェックポイント】

- ・乳房の色や形の変化(くぼみ、しこり、ただれ、変色、ひきつれ)
- ・乳頭からの分泌物

③相談する…変化に気づいたらすぐ医師に相談しましょう。

④検診を受ける…40歳を超えたら定期的に検診を受けましょう。

▶定期的な検診

町では、40歳以上の女性は、年に1度乳がん検診を受けることができます。実施日時や方法などについては、P 29保健センターだよりをご確認ください。



インフルエンザ・新型コロナワクチン定期接種

今年度はインフルエンザの流行入りが例年より早いことを踏まえ接種開始時期を変更しました。

●接種期間

- ・インフルエンザ

予診票がお手元に届いた日～2027年1月31日(日)

- ・新型コロナ

10月1日(木)～2027年2月28日(日)

※ただし、満65歳に達した日(誕生日の前日)以降でなければ一部公費負担で接種できません。

●対 象 町内在住の方で①または②に該当する方

①65歳以上の方(9月16日(水)に通知書を送付)

- ・インフルエンザ

1962年2月1日以前生まれの方

- ・新型コロナ

1962年3月1日以前生まれの方

②60～64歳の方で、心臓・腎臓・呼吸器の病気で身体障害者手帳1級程度の方またはヒト免疫不全ウイルス(HIV)による免疫の機能障がいがある方

※医師の診断書または障害者手帳を持参し保健センターへ(電話申込不可)

●料 金

- ・インフルエンザ 1,500円

- ・新型コロナ 4,800円

※生活保護世帯の方は無料証明書を発行しますので保健センターへ(電話可)

■町外での接種希望の方

町外にあるかかりつけ医(県内)での接種可能です。接種前に手続きが必要なため希望する方は予診票を保健センターへ持参いただくか、郵送または町ホームページより申込みしてください。なお、手続きに1週間程度かかる場合があります。

●接種期間(愛知県広域予防接種)

10月15日(木)から

インフルエンザ

新型コロナ

