

## 6月の母子健康診査、教室のお知らせ

会場・予約先・問い合わせは保健センター

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催中止や内容の変更をさせていただきます場合があります。

種別	日	受付時間(開催時間)	対象	定員	持ち物
HAPPY マタニティ (妊娠編)	19(日)	午前9時45分~10時 (午前10時~11時40分)	妊娠中の方とその家族 内容:妊娠中の食事や過ごし方についての講話	30人 予約制	母子健康手帳
離乳食教室	8(水)	午前9時45分~10時 (午前10時~11時30分)	1歳未満のお子さんをもつ保護者	25人 予約制	母子健康手帳
4カ月児 健康診査	8(水) 22(水)	午後1時~2時 ※指定された時間	生後4カ月を過ぎたお子さん ※対象者に個別通知をします (1歳未満まで受診可)	—	母子健康手帳 問診票、バスタオル
1歳6カ月児 健康診査	9(木) 23(木)	午後1時10分~2時10分 ※指定された時間	※対象者に個別通知をします (2歳未満まで受診可)	—	母子健康手帳 問診票、バスタオル
2歳児歯科 健康診査	16(木)	午後1時~2時 ※指定された時間	2歳以上3歳未満のお子さん ※対象者に個別通知をします	—	母子健康手帳 問診票、タオル
3歳児 健康診査	10(金)	午後1時~2時10分 ※指定された時間	※対象者に個別通知をします (4歳未満まで受診可)	—	母子健康手帳 問診票 視力・聴力アンケート

☆乳幼児健康診査はすべて1~2時間程度かかります。乳幼児健康診査を受けていない方は、保健センターの保健師がご家庭を訪問します。

☆3歳児健康診査では当日会場で尿検査を実施します。

☆麻疹(はしか)、風しん(三日ばしか)、水痘(水ぼうそう)、流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)、インフルエンザ、とびひ等にかかっている方は、医師の許可が出てからお越しください。

☆予約制の場合は、定員になり次第締め切らせていただきます。

☆暴風警報等が、愛知県西部地方に発令された場合は実施できないことがありますので、保健センターにお問い合わせください。

★あなたの健康づくりを応援します 保健師・管理栄養士・歯科衛生士が担当します。

事業名	内容	開催日時・場所
健康ホットライン ☎27-1021(相談専用)	ご自身や家族の健康について、また、育児に関する ことを専用電話で保健師が相談をお受けします。	月~金曜日(祝日を除く) 午前9時30分~11時
健康相談	生活習慣病など健康に関すること。 血圧・体脂肪・喫煙度・HbA1c簡易測定もできます。	月~金曜日(祝日を除く) 午前9時~午後4時 ※要予約 ※電話相談可
こころの健康相談	こころの不調への早期対応、予防に関すること、 ひきこもりに関すること。	
お口の健康相談	歯みがきの方法等、歯科に関すること。	
家庭訪問	ご家庭に訪問して相談をお受けします。	
栄養相談	食生活に関する相談を管理栄養士がお受けします。	5月20日(金)、6月10日(金)※要予約 ※上記以外の日程でも相談可能

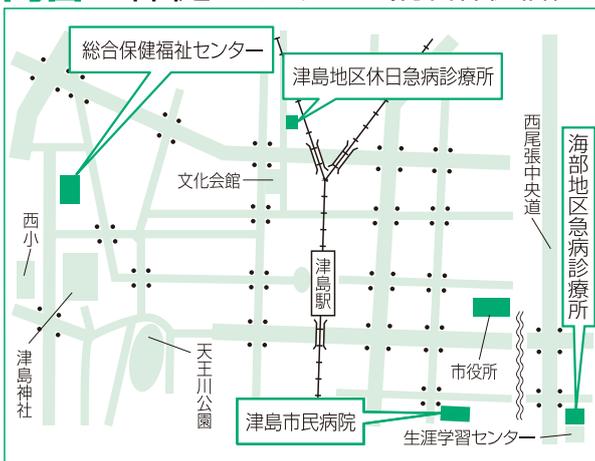
### くすり安心電話

津島海部薬剤師会  
会員が、緊急時の薬  
の相談に応じます。

午後9時~午前0時

☎090-2136-3858

## 問合 保健センター(総合保健福祉センター内) 所在地 上之町1-60 ☎23-1551



<b>津島地区休日急病診療所</b> 内科・小児科 日曜日・祝日 午前8時30分~11時30分 午後1時~4時30分 所在地 藤浪町4-14 ☎24-3611	<b>海部地区急病診療所</b> 平・日 当面の間、休診 土曜日 日・祝日 午前9時~11時30分 午後1時~4時30分 歯科 日・祝日 午前9時~11時30分 午後2時~4時30分 所在地 莪原町字郷西37 ☎25-5210
<b>津島市民病院</b> 所在地 橘町3-73 http://www.tsushimacity-hp.jp/ ☎28-5151	診療可能な病院を案内します 消防本部 ☎23-0119 救急医療 情報センター ☎26-1133

上記医療機関を受診される場合は、それぞれの時間外窓口事前に電話確認のうえ受診してください。



# 予防接種を受けましょう

問合せ 保健センター ☎23-1551

## 風しん予防接種の費用を助成します

風しんに対する免疫を持たない女性が妊娠中(特に妊娠初期)に風しんに感染すると、出生児に先天性風しん症候群(心疾患・難聴・白内障等)を引き起こすことがあります。

先天性風しん症候群の予防のため、予防接種費用の一部を助成します。

**対象** 津島市に住民登録があり、次の全てに該当する女性

- ①妊娠を予定または希望している(ただし、妊婦・経産婦を除く)
- ②風しんにかかったことがない
- ③風しんワクチン(MRワクチンを含む)の予防接種を受けたことがない
- ④風しんの抗体検査を受けた結果、抗体価が十分でないと判定された

**助成額** 風しんワクチン 3,000円

麻しん風しん混合ワクチン(MRワクチン) 5,000円

※自己負担額は、接種費用から助成額を差し引いた金額です(1人1回のみ助成)。

**接種期間** 令和5年3月31日(金)まで

**接種方法** 抗体検査の結果を持参の上、保健センターで申請し、「接種券」の交付を受けた後、指定医療機関へ予約してください。

### 抗体検査について

愛知県の実施する抗体検査もしくは実費による抗体検査を受けてください。

愛知県の実施する抗体検査を受ける場合は、津島保健所(☎26-4137)へお問い合わせください。

## 転入された7歳半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、母子健康手帳を持参し、保健センターへ接種歴の届け出をお願いします。

予防接種には、津島市発行の予診票が必要です。お持ちでない方は、接種歴を届け出る際に申し出てください。

## 平成9年度～19年度生まれの女性の方へ

### HPVワクチン(ヒトパピローマウイルス様粒子ワクチン)のキャッチアップ接種について

HPVワクチンは接種後にワクチンとの因果関係が否定できない持続的な疼痛等がみられたため、平成25年6月以降、積極的勧奨が差し控えられていました。その後、接種による有効性が副反応のリスクを明らかに上回ることで認められ、積極的勧奨が再開されることになりました。

**積極的勧奨の差し控えにより接種を逃した方に対して、公平な接種機会を確保する観点から、時限的に、従来の定期接種の対象年齢(小学校6年から高校1年相当)を超えて接種(キャッチアップ接種)を行うこととなりました。**

**対象** 平成9年4月2日～18年4月1日生まれの女性(順次、個別通知します)

**接種期間** 令和7年3月31日まで(平成18・19年度生まれの方は、通常の接種対象の年齢を超えるとキャッチアップ接種対象になるため、令和7年3月末まで接種できます)

**その他** ・予防接種には津島市が発行した予診票が必要です。

・個別通知前に接種を希望する方は、接種記録が分かるものを持参の上、保健センターへ。

・HPVワクチン接種後においても、子宮頸がん予防の観点から、20歳以上の方は定期的な子宮頸がん検診をお勧めします。



**令和4年度の接種対象と生まれ年** 以下の方は令和7年度末までHPVワクチンの接種が受けられます。

平成	19年度	18年度	17年度	16年度	15年度	14年度	13年度	12年度	11年度	10年度	9年度	生まれ
	定期接種の対象				キャッチアップ接種の対象							
	15歳	16歳	17歳	18歳	19歳	20歳	21歳	22歳	23歳	24歳	25歳	

学年の目安 中学3年 高校1年 高校2年 高校3年

## 知ってナットク! 糖尿病予防の楽ちん生活術

楽しく学びながら、自分に合った生活習慣病の予防法を見つける講座です。

**日時** 表のとおり(全7回)

**場所** 総合保健福祉センター

**対象** 70歳以下の市民で、血糖値やヘモグロビンA1cが高めの方

**定員** 15人(抽選)

**申込** 5月20日(金)までに下記へ。

**問合せ** 保健センター ☎23-1551

7回コース	日程	内容
第1回	6月17日(金)午前	健康講話、自己血糖測定、座談会等
第2回	7月8日(金)午前	健康講話(食事について)、座談会等
第3回	7月29日(金)午前	運動実習
第4回	8月19日(金)午前	運動実習
第5回	9月2日(金)午前	健康講話(お口の健康)、座談会
第6回	9月16日(金)午前	健康講話、自己血糖測定、座談会、修了式
OB会	12月9日(金)午前	運動実習、座談会等

①、②は希望者が追加で受講可能(選択可)

①	9月14日(水)午前	栄養講座(糖尿病予防の講話)
②	11月24日(木)午後	健康講座(お口の健康)

## 5月31日は、世界禁煙デー 5月31日～6月6日は禁煙週間です

### “受動喫煙対策”が強化されます

平成30年7月に、健康増進法の一部を改正する法律が成立し、望まない受動喫煙対策について段階的な施行を経て令和2年4月1日に全面施行されました。

改正の趣旨は、多くの方が利用する施設等(一定の場所を除く)の区分に応じた喫煙の禁止、施設等の管理権限者の講ずべき措置について、基本的な考え方も示されました。

- ①「望まない受動喫煙」をなくす
- ②受動喫煙による健康被害が大きい子ども、患者等に特に配慮
- ③施設の類型・場所ごとに対策を実施



### たばこ煙に発がん性物質が70種! “ニコチン”の依存性によりやめにくい

たばこの煙には約5,300種類の化学物質があり、その中に約70種の発がん性物質が含まれています。これらの物質は、のど、肺のみならず、血液を通し全身に運ばれ、がんの原因になります。

「ニコチン」の影響によるたばこへの依存性は高く、使用を止める困難さや離脱症状の厳しさは、ヘロインやコカインなどの薬物と同様の特徴と強度があると言われています。

## 受動喫煙から家族を守ろう!

### ● たばこの煙からてる有害物質 ●

主流煙 喫煙者が吸うたばこの煙		副流煙 たばこの火から立ち上る煙	
ニコチン (血流を悪化)	0.46mg	ニコチン (血流を悪化)	1.27mg
タール (やに・発がん物質)	10.2mg	タール (やに・発がん物質)	34.5mg
一酸化炭素 (酸素不足を招く)	31.4mg	一酸化炭素 (酸素不足を招く)	148mg

主流煙の  
数倍!!!

資料 厚生省(現在厚生労働省)編「喫煙と健康」第2版(2002)

## 上手に禁煙するために

医療機関の禁煙治療を利用すると、自力で禁煙する方法に比べて3~4倍禁煙の成功率が高まります。禁断症状が抑えられるため比較的楽に禁煙でき、あまりお金もかかりません。

## 禁煙サポート

保健師が禁煙のお手伝いをします。

**期間** 初回面接後3カ月間

**場所** 総合保健福祉センター

**内容**

- ・喫煙状況について問診
- ・面接、電話等による禁煙サポート

**対象** 市内在住の方

**参加費** 無料

**申込** 電話で下記へ。

**問合せ** 保健センター ☎23-1551



## 私のカルテ

No 4 0 8

## 大腸がんについて

津島市民病院  
消化器内科医師山邊  
つとむ

大腸は口から始まり肛門へと続く食べ物の通り道の中で最も後ろの部分構成する器官であり、小腸から続いてお腹の右下に始まり、お腹の外側を時計回りに回って肛門へとつながります。

大腸がんはその大腸のどこかに発生する悪性の腫瘍であり、2018年の統計では日本人の罹るがんの中では最多を占めており、様々な種類のがんの中でも私たちにとって身近な存在であると言えます。

食道や胃、大腸といった消化管に発生するがんの治療は腫瘍を切除することが基本となりますが、もしこれらのがんを早期に発見することができれば手術で体を切ることもなく、内視鏡を通しての操作で腫瘍とその周囲のごく狭い範囲の粘膜を切除するだけで治療を終えることが期待できます。

そのため、消化管のがんによる死亡を防ぐだけでなく、より体に負担の少ない治療で済ませるためにも検診による早期発見が重要になります。

## 大腸がん検診について

大腸がん検診の方法としては便潜血検査が広く行われています。これは採取していただいた便の検体に含まれる血液を検出する検査で、目には見えないごく微量の血液も検知できます。大腸がんが存在する場合、2回の便潜血検査のいずれか一方でも陽性となる確率は80%以上とされています。

## 検診後の精密検査について

大腸がん検診で陽性とされた場合はがんが存在するかどうかを確かめるために精密検査が必要となります。精密検査の方法としては大腸内視鏡検査が第一に推奨されます。大腸に腫瘍が存在した場合、組織の検査によってがんであるかどうかを調べたり、内視鏡的切除や外科手術などの治療方法の検討のためには内視鏡による直接的な検査が欠かせないからです。他の検査で見落とされがちな小さな病変の発見のためにも大腸内視鏡検査が適していると考えられます。

便潜血検査は食道や胃の病変により陽性となることもあるため、大腸に異常がない方で胃透視や胃カメラなど

の検診を受けていない方はそちらの検査も検討された方が良いでしょう。

## 治療について

大腸に腫瘍性の病変があった場合、進行がんであれば外科手術が検討されることとなりますが、早期のがんであれば内視鏡的な切除も考慮されることとなります。大腸がん以外に便潜血検査で陽性となりえる病変として多いのが大腸のポリープです。大腸のポリープの中でも腺腫や過形成性ポリープなど様々な分類がありますが、特に治療の対象となることが多いのが腺腫です。腺腫には1、2mm程度のごく小さなものから時には2cmを超える大型のものも見られます。5mmを超える腺腫は切除が推奨され、特に1cmを超える腺腫にはがん化の率が高いとされます。

## 検査は定期的

外科手術や内視鏡的切除により腫瘍を切除した後も、がんやポリープの再発は起こり得るため定期的の内視鏡の検査を受けることを推奨します。内視鏡で大型のポリープや早期がんを切除した場合にはまず半年後の内視鏡検査と、その後も1年ごとに内視鏡検査を受けていただくのが望ましいでしょう。

内視鏡検査で異常を指摘されなかった方やそもそも検診で陽性とならなかった方であっても、検診は1～2年ごとに受けるようにしましょう。



# 令和4年度祭りを学ぶ

ユネスコ無形文化遺産に登録された尾張津島天王祭の学習・見学会を行い、郷土への誇りや愛着を育みます。

内容(全3回) ※内容等は変更になる場合があります。

## 第1日目

クイズで学ぶ尾張津島天王祭と津島祭礼図屏風  
(複製品)鑑賞

日時 7月9日(土)  
午前9時30分～正午  
場所 愛西市佐織公民館



## 第2日目

車楽舟を組み立てよう!(パズル工作)  
津島神社・天王川公園など尾張津島天王祭関係  
地を巡るフィールドワーク

日時 7月16日(土)  
午前9時30分～正午  
場所 愛西市文化会館

## 第3日目

観覧船に乗って朝祭の車楽舟を間近で見学

日時 7月24日(日)  
午前9時～11時  
場所 総合保健福祉センター  
対象 市内の小学4～6年生  
定員 15人(抽選)

受講料 無料  
申込 学校を通じて配布する所定の申込用紙に、  
必要事項を記入の上、5月16日(月)～6月10日(金)に  
問い合わせ先へ。

主催 津島市教育委員会・愛西市教育委員会  
問合せ 社会教育課生涯学習・  
文化振興G ☎55-9421



## 中央児童館で遊ぼう!

中央児童館 ☎26-3540

イベント	日付	時間	対象	受付期間	定員	内容	参加費	持ち物
ハイハイ広場	5月10日(火) 6月7日(火)	午前10時30分～ 11時15分	0歳児と その保護者 ※1	当日受付	なし	身長体重測定と栄養士による離乳食等相談 身長体重測定と看護師による発育相談	無料	タオル 水分補給 できるもの
なかよし広場	5月11日(水) 5月20日(金)	午前10時30分～ 11時15分	満1歳ごろから 未就学児と その保護者	当日受付	なし	ちよっぴりママへのプレゼント 風船トランポリンして遊びましょう	無料	タオル・上靴 (外靴を拭いて 使用可)・水筒
アレンジフラワー	5月14日(土)	午前10時30分～ 11時30分	小学3年生～ 高校生	随時	15人	アレンジフラワーを 楽しみましょう	材料費 400円	上靴・水筒・新聞紙 色鉛筆・持ち帰り用 ビニール袋
ベビーマッサージ	5月24日(火)	午前10時30分～ 11時30分	0歳児と その保護者 ※2	5月10日(火)～	5組	お母さんのリラックス法と ふれあい遊び	オイル・ 資料代 500円	バスタオル 水分補給 できるもの
パパ半端ないって	5月28日(土)	午前10時30分～ 11時30分	小中学生と その父	5月1日(日)～	15組	エアロピクスではじけちゃおう	無料	タオル・上靴 水筒(親子とも) 動きやすい服装
そだねえ～会	5月29日(日)	午後1時30分～ 4時30分	中学生・高校生	当日受付	なし	モルックで遊びませんか?	無料	タオル 上靴・水筒
なかよし広場	5月30日(月)	午前10時30分～ 11時30分	満1歳ごろから 未就学児と その保護者	当日受付	6組	手作りおもちゃ 「風船トランポリン」を 作って遊ぼう	材料費 50円	タオル・水筒
竹工作	6月4日(土)	午前10時30分～ 11時30分	小学生～ 高校生	5月7日(土)～	6人	「うぐいすふえ」をつくろう	無料	上靴・水筒
スポーツあそび	6月5日(日)	午後2時～3時	中学生・高校生	当日受付	なし	スポーツを 楽しみましょう(卓球)	無料	上靴・水筒

○新型コロナウイルス感染拡大防止のため急きょイベントを中止させていただくことがあります。ご了承ください。  
○開館時間:午前9時30分～午後5時(水曜日午後・木曜日・祝日の休館日を除く) 児童館に貴重品は持ってこないようにしましょう。携帯電話のご利用はお控えください。  
○初回来館の際に登録書の記載をお願いします。登録書の記載のある方は、イベント等受付は電話での受付が可能となります。  
○定員のあるイベントの受付は、電話または直接児童館まで(定員になり次第受付終了) ※1 生後4カ月ごろ～満1歳ごろ ※2 生後1カ月健診後～満1歳ごろ



思い描く看護師像

22.4.4(月)  
看護専門学校

市立看護専門学校で令和4年度入学式が挙行されました。

牧野校長から「こうなりたい、こんな看護がしたいという想いが皆さんの推進力になります。どうか覚悟を持ってご入学ください」と力強い言葉が贈られ、入学生代表も「人と人のつながりを大切にできる看護師になりたい」と誓いの言葉を述べました。

新たな1歩を踏み出した30人の看護師の卵たち。これからどんな看護師になるのか楽しみです。



暖かい春の陽気漂う4月上旬、天王川公園では桜が咲き、公園を訪れた人たちは写真撮影や散歩を楽しんでいました。

3月末で閉園する市立津島幼稚園、閉園イベントを行いました。来園した卒園生たちは、展示された幼稚園の歴史や記念作品等を見たり、園庭で遊んで、思い出をかみしめました。寄せ書きコーナーには、たくさんの「ありがとう」や「楽しかった」といったメッセージが集まりました。

津島市立幼稚園

ありがとう

3月30日(水)  
閉園イベントの様子



発行

津島市市長公室シティプロモーション課 〒496-8686 愛知県津島市立込町2-21  
<http://www.city.tsushima.lg.jp>

☎24-1111(代表)  
☎55-9584(ダイヤルイン)

携帯サイトから施設の所在地・電話番号が確認できます(別途通信料が必要です)。

「市政のひろば」にご自身の写真が載っている場合、お申し出いただければ差し上げます。