



令和5年度 保健センター事業紹介

〒470-2492
美浜町大字河和字北田面106
電話82-1111(代表)

生きがいづくり支援



地区サロン活動

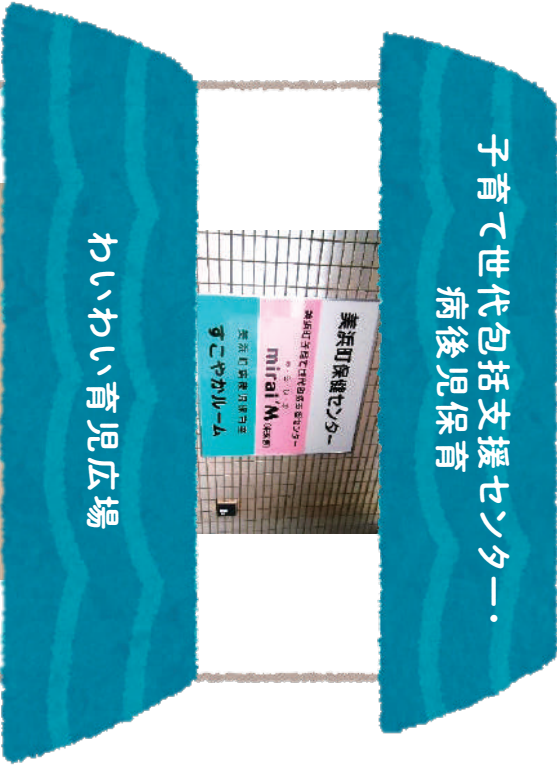


妊娠期から子育て期まで
切れ目のない支援

子育て世代包括支援センター・
病後児保育



わいわい育児広場



生活習慣病予防・健康づくり支援



身体メンテナンス教室



元気ばんざい!みはま21計画(第2次計画)・健やかみはま21(第2次計画)推進中
～ひと・まち・自然・健康に輝くまち みはま～
健康長寿をめざして、健康づくりに取り組みます

●母子健康手帳の交付

妊娠がわかったら母子健康手帳の交付を受けましょう。

実施日 月～金曜日

(年末年始・祝日を除く)

場所 保健センターmirai'M(未来夢)

時間 午前8時30分～午後5時15分

内容 ・母子健康手帳の交付
・母子健康事業等情報提供
・妊婦相談



*保健師が妊娠中の不安や心配事の相談にのります。

持ち物 妊娠届出書(個人番号を記入のこと)

本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証等)

☆転出された場合は「母と子のしおり」を転出先の自治体で交換してください。

●こんにちは赤ちゃん訪問

乳児のいる全ての家庭に、保健師・助産師が訪問します。

対象 出生後4か月を迎えるまでの乳児のいる家庭

内容 ・体重測定
・育児相談・母乳相談
・予防接種の説明
・母子健康事業等情報提供

●パパママ教室【予約制】

お父さんになる方どうぞ！妊婦さんだけでもかまいません！

対象 妊娠中の方とその夫

内容 ・赤ちゃんを迎えるにあたって
・妊娠中の経過
・沐浴実習
・妊婦体験



場所 保健センター

時間 午前9時15分～11時40分

日程 5月21日(日)
8月27日(日)
11月26日(日)
令和6年2月25日(日)

☆「赤ちゃんが生まれました連絡表」や電話等で、訪問希望日をお知らせください。

「子育て世代包括支援センター」mirai'M(未来夢)

落ち着いた相談スペースで、お話をうかがいます。



地区担当保健師や子育てに関わる関係機関等と協力して、あなたの子育てを応援します。

●わいわい育児広場【予約制】

離乳食・事故防止編 対象年齢 生後6か月児～1歳児未満

場所 河和児童館内

時間 午前10時～11時30分

内容 ・消防士による事故予防の話
・歯の手入れの話
・離乳食の話

スタッフ 消防士・歯科衛生士・管理栄養士

☆4か月児健康診査の際に、ご案内させていただきます。

【日程と対象児】

4月25日(火)	令和4年9月～10月生
7月4日(火)	11月～令和5年1月生
10月24日(火)	2月～4月生
令和6年1月23日(火)	5月～7月生

病後児保育室「すこやかルーム」

お子さんが急に病気になる！回復しつつあるものの、「まだ体力に自信がない…」「仕事が出来ない…」などお困りの保護者の方に代わってお子さんをお預かりします。

【対象児】

- ・町内在住で、保育所・幼稚園に通園している園児、または低学年のお子さん(生後10か月から小学3年生まで)
- ・病気の回復期で、病後児保育の利用可能と医師が認めるお子さん
- ・保護者の勤務等の都合により家庭で保育のできないお子さん



【場所】 保健センター

【開設日時】

月曜日から金曜日 午前8時～午後6時

(予約制)※祝日・年末年始を除く

【利用料金】 1人1回利用につき

時間	料金
8時間まで	2,000円
9時間	2,200円
10時間	2,400円

※生活保護世帯、住民税非課税世帯は無料

【申請先】 保健センター

※事前に病後児保育登録が必要です。(毎年度更新制)



●美浜町子育て支援アプリ

「すくすくアプリ美浜」は地域とつながる、安心の子育てアプリです!!

利用料無料



- ★忘れがちな予防接種もスマホで楽に管理できる!
- ★子育てに関する地域の育児情報があると安心!
- ★成長記録と一緒に、楽しみながら日々の成長を記録できる!

ご利用ください



●産後ケア事業

出産後のお母さんと赤ちゃんのサポートをします。

対象 主に生後4か月までの赤ちゃんとお母さんで、

- ・家族からサポートが受けられない方
- ・授乳や赤ちゃんのお世話などに不安等のある方

内容 委託医療機関(知多厚生病院)での助産師によるサポート

タイプ	町からの補助額	利用日数の上限
宿泊型	1泊あたり 10,000円	6泊7日
デイサービス型	1日あたり 5,000円	7日間

申込先 保健センター

<乳幼児健康診査>

●3・4か月児健康診査

受付時間 午後1時～1時30分
★対象児には個人通知します。

【日程と対象児】

4月19日(水)	令和4年12月生	11月15日(水)	6月18日～7月生
5月17日(水)	令和5年1月生	12月13日(水)	8月～9月13日生
6月21日(水)	2月生	令和6年1月17日(水)	9月14日～10月15日生
7月19日(水)	3月～4月20日生	3月13日(水)	10月16日～11月生
9月20日(水)	4月21日～6月17日生		

●1歳6か月児健康診査

受付時間 午後0時45分～1時10分
★対象児には個人通知します。

【日程と対象児】

5月10日(水)	令和3年9月～10月15日生	11月1日(水)	3月～4月生
6月7日(水)	10月16日～11月生	令和6年1月10日(水)	5月～6月生
8月2日(水)	12月～令和4年1月15日生	3月6日(水)	7月～8月生
9月6日(水)	1月16日～2月生		

●3歳児健康診査

受付時間 午後0時45分～1時15分
★対象児には個人通知します。

【日程と対象児】

5月12日(金)	令和2年4月～5月生	11月10日(金)	10月～11月生
6月9日(金)	6月生	令和6年1月12日(金)	12月～令和3年1月10日生
8月18日(金)	7月～8月19日生	2月9日(金)	1月11日～2月6日生
9月8日(金)	8月20日～9月生	3月8日(金)	2月7日～3月生

<乳幼児歯科健康診査>

●1歳はつぴー教室

受付時間 ①午後0時40分
②午後1時05分

内容 歯科健診(子ども)
フッ素塗布、虫歯予防の話など

★対象児には個人通知します。
★対象児には個人通知します。

【日程と対象児】

4月11日(火)	令和4年2月～3月生
6月13日(火)	4月～5月生
8月8日(火)	6月～7月生
10月10日(火)	8月～9月生
12月12日(火)	10月～11月生
令和6年2月13日(火)	12月～令和5年1月生

●2歳・2歳6か月児の歯科健診・フッ素塗布

受付時間 ①午前9時 ②午前9時30分 ③午前10時
④午前10時30分

内容 歯科健診・フッ素塗布、染め出し、ブラッシングについて

★対象児には個人通知します。
※赤い染出し液を使用するため、汚れやすい服の着用はお控えください。

【日程と対象児】

2歳	2歳6か月	
5月18日(木)	令和3年4月～5月生	令和2年10月～11月生
7月20日(木)	6月～7月生	12月～令和3年1月生
9月21日(木)	8月～9月生	2月～3月生
11月16日(木)	10月～11月生	4月～5月生
令和6年1月18日(木)	12月～令和4年1月生	6月～7月生
3月21日(木)	2月～3月生	8月～9月生

●子育て相談(保健師)【予約制】

時間 午前9時30分～11時
内容 身体計測・相談

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
7日(金)	12日(金)	9日(金)	7日(金)	4日(金)	1日(金)	6日(金)	10日(金)	1日(金)	5日(金)	2日(金)	1日(金)

●発達相談(心理士)【予約制】

時間 ①午前9時30分～ ②午前10時15分～ ③午前11時～
場所 保健センター
内容 お子さんの発達・しつけ等の相談

4月	5月	6月	7月	8月	9月
7日(金)	12日(金)	9日(金)	5日(火)	4日(金)	1日(金)
10月	11月	12月	1月	2月	3月
6日(金)	10日(金)	6日(水)	5日(金)	2日(金)	5日(火)
	21日(火)	16日(火)	16日(火)	19日(火)	

※ご希望の方は1週間前までに保健センターまでご連絡ください。



子育て応援
ホットライン
(乳幼児子育て相談専用電話)
☎82-1328

時間 午前8時30分～午後5時15分
内容 子育て・しつけ等の相談
保健師が対応します。

～風しん予防接種～

(1) 風しん予防接種費用の一部助成 ※事前申請が必要です

対象者 本町に住所を有し、風しんの抗体価が十分でない以下いずれかに該当する方

- ① 妊娠を予定または希望する女性(ただし、妊娠中の者を除く)
 - ② 上記の者と婚姻関係にある男性および妊娠中の者の配偶者
- ※風しんの抗体価が十分でない方は、HII法によるH抗体価が
男性:8倍以下
女性:32倍以下

申請場所 保健センター
持ち物 抗体検査結果(2年以内のもの)、身分証明書類

※抗体検査費用は、自己負担です。妊娠の経験がない方は愛知県助成制度を受けられる場合があります。
(問合せ 半田保健所 ☎21-3341)

接種回数 1回

費用	自己負担	公費助成
麻しん風しん混合ワクチン	5,200円	5,000円
風しんワクチン	3,100円	3,000円

(2) 男性の風しんの追加対策 (抗体検査・予防接種)

風しんから、自身と周りの人を守るために、風しんに対する抵抗力を確認・獲得しましょう。
昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生の男性

手順 ① **クーポン券を使用して、抗体検査を受ける**

(過去に一度も抗体検査をしていない方)
医療機関もしくは保健センターに予約してください。
保健センター実施日 6月2日(金)、5日(月)、18日(日)、9月5日(火)
時間 午前9時～11時

② **予防接種を受ける**

風しんへの抵抗力がないこと(抗体なし)が分かった場合は、抵抗力(免疫)をつけるために予防接種を受けましょう。

費用 無料(抗体検査および予防接種)

※クーポン券は、令和元年、令和2年度4月に発送済みです。なお、過去に発送したクーポン券は有効期限が過ぎていても令和6年度(令和7年3月)まで使用可能です。
※クーポン券を紛失した場合は保健センターへご連絡ください。再発行には1週間程かかります。1週間を目安に保健センターまで受け取りにお越しください。

高齢者の予防接種

(1) 肺炎球菌ワクチン(23価) 予防接種費用の一部を助成

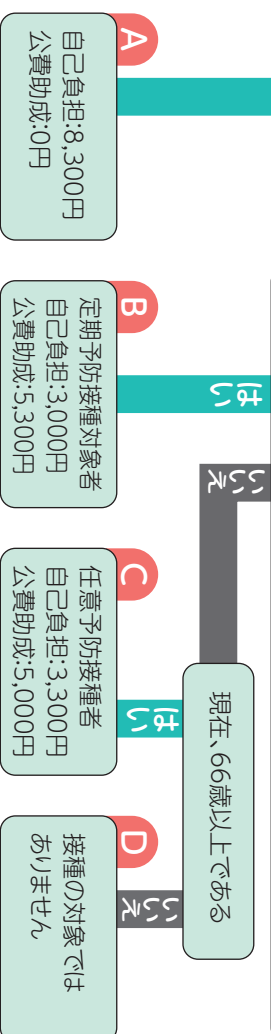
対象者・料金

これまでに接種したことがある

今年度で、下記の年齢または条件に該当する方(定期予防接種対象者)

- 65歳(昭和33年4月2日生～昭和34年4月1日生の方)
- 70歳(昭和28年4月2日生～昭和29年4月1日生の方)
- 75歳(昭和23年4月2日生～昭和24年4月1日生の方)
- 80歳(昭和18年4月2日生～昭和19年4月1日生の方)
- 85歳(昭和13年4月2日生～昭和14年4月1日生の方)
- 90歳(昭和8年4月2日生～昭和9年4月1日生の方)
- 95歳(昭和3年4月2日生～昭和4年4月1日生の方)
- 100歳(大正12年4月2日生～大正13年4月1日生の方)

※60歳以上65歳未満で心臓・腎臓若しくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有する方(身体障害者手帳1級のみ)



場所 町内予防接種実施医療機関で予約のうえ接種してください。(予約票は医療機関にあります。)

※Bの方で、町外医療機関を希望される方は予約前に保健センターで広域予防接種申請が必要(持ち物:かかりつけ医療機関の診察券、身分証明書類)
※60歳以上65歳未満の対象の方は連絡票を発行しますので、予約前に身体障害者手帳を持って、保健センターまでお越しください。

(2) インフルエンザ予防接種費用の一部助成(秋から)

対象者 接種日時時点で、下記の①または②の条件を満たしている方

- ① 65歳以上
- ② 60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓若しくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有する方(身体障害者手帳1級のみ)

費用 公費助成3,300円の差額が自己負担
場所 町内の予防接種実施医療機関で接種してください。

※町外医療機関を希望される方は予約前に保健センターに広域予防接種申請が必要です。
持ち物:かかりつけ医療機関の診察券・身分証明書類・身体障害者手帳(②の方のみ)

～お子さんの予防接種について～

町で実施する予防接種は、**個別接種**と**集団接種**の2つの方法があります。

(1) 個別接種（予約制）

町内の委託医療機関で予約をとり、各自で接種を行います。

医療機関名	地区	電話番号 (0569)	ヒジ	ロタ	B 肝	4種 混合	BCG	麻疹風しん	水痘	2種 混合	子宮頸がん
			小児肺炎 2か月～ 5歳未満	(5冊) 生後6週 ～32週	2か月～ 1歳未満	2か月～ 90か月	1歳未満	1歳児	1歳～ 3歳未満	11～13 歳未満	小学6年生～ 高校1年生の女子
榊原医院	布土	82-0205	○	○	○	○	×	○	○	○	○
浜田整形外科・ 内科クリニック	古布	82-5511	○	○	○	○	×	○	○	○	○
前田医院	奥田	87-0063	○	○	○	○	○	○	○	○	○
渡辺病院	野間	87-2111	○	○	○	○	×	○	○	○	○
知多厚生病院	河和	82-0395	○	○	○	○	○	○	○	○	○

※かかりつけ医が町外にある方
接種を希望される方は予約前に、**保健センター**で連絡票の申請が必要です
(母子手帳・診察券を持参してください)

《子宮頸がん予防ワクチンについて》

子宮頸がん予防ワクチンは、令和4年度から積極的勧奨の対象となりました。
定期接種であるため、対象年齢の方は公費で受けることができます。
ご希望の方は、予約票を保健センターまで取りにおこしください。

対象者:小学6年生～高校1年生の女子(経過措置対象:平成9年度～平成17年度生まれの女子)
接種回数:3回(ただし、9冊のワクチン接種は15歳未満は2回)

通知対象者:中学校1年生、中学校3年生、高校1年生、平成13年度生、平成14年度生

※平成13年度生、平成14年度生は、経過措置対象者のため、予約票は1回分のみ
の送付とさせていただきます。

～献血について～

予定日	献血会場	受付時間
6月15日(木)	保健センター	午前9時30分～午後4時
10月12日(木)	保健センター	午前9時30分～午後4時
11月12日(日)	産業まつり会場	午前9時～午後2時30分
令和6年 2月27日(火)	保健センター	午前9時30分～午後4時



(2) 集団接種（日本脳炎）3歳から

◆対象の方には、個別通知させていただきます
通知対象者

第1期初回:令和2年4月～令和3年3月生

追加:平成30年4月～令和2年3月生

第2期:平成26年4月～平成27年3月生

※なお通知対象者でなく、接種年齢で未接種の方は保健センターまでお問合わせください。

接種年齢

- ・第1期初回:追加:3歳以上7歳未満まで
- ・第2期:9歳以上13歳未満まで

場 所 保健センター

受付時間 午後0時30分～1時30分(接種開始
は午後1時から)

～令和5年度日程～

4月	5月	6月	7月	8月	9月
17日(月)	15日(月)	14日(水)	11日(火)	9日(水)	15日(金)
10月	11月	12月	令和6年1月	2月	3月
11日(水)	22日(水)	26日(火)	5日(金)	28日(水)	25日(月)
					29日(金)

〈服薬等の理由で集団接種が受けられない方〉

★町外医療機関にかかりつけ医がいる場合

⇒ 広域連絡票の申請が必要です。

保健センター窓口は母子手帳を持って来所し
てください。

★町内医療機関での接種

⇒ 紹介状の発行手続きが必要です。

保健センター窓口またはお電話にて申請をし
てください。発行には1～2週間かかります。

※慢性疾患で治療中や、対象年齢を過ぎそうだが
まだ接種が済んでいない等の理由がない場合、
紹介状は発行できません。

がん検診・骨密度検診のご案内

マイレージ貯まります！



期間内に検査を受けると、通常の**7割引き**の金額で検査が受けられます！

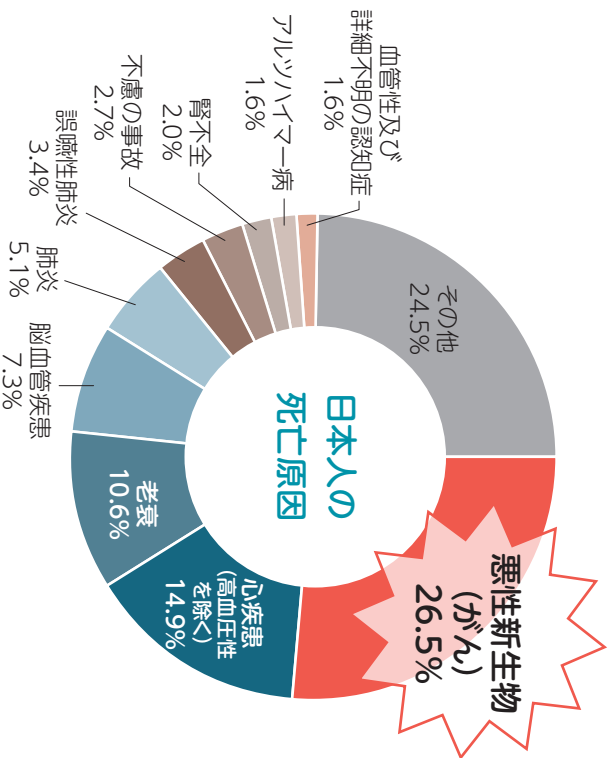
美浜町に住民票があり、各検診の対象年齢に該当する方であれば、健康保険証の種類にかかわらず受診できます。

※人間ドックを受診される場合は、検診内容が重なるため胃がん・大腸がん・前立腺がん検診を受診することはできません。

※各検診を受診できる回数は、集団・個別検診に関わらず**年度内(4月～翌年3月)に1回限り**です。

日本人の死亡原因第1位はがんです。

検診を受けることでがんによる死亡リスクが減少します。
1年に1回がん検診を受けましょう！



厚生労働省 令和3年度人口動態統計「主な死因の構成割合」

【対象者・料金】(表記の金額は町から7割助成後の金額です。)

検診内容	対象者	料金(自己負担)		
		集団検診	知多厚生病院	渡辺病院
前立腺がん (PSA (血液検査))	50歳以上の男性 (昭和49年4月1日以前生)	600円	500円	500円
胃がん	バリウム検査	1,600円	3,000円	3,000円
大腸がん	便潜血反応検査	600円	400円	200円
肺がん※	胸部レントゲン検査	無料	無料	無料
乳がん	マンモグラフィ	1,400円	1,400円	1,400円
子宮頸がん	細胞診検査	1,400円	1,300円	900円
骨密度	集団:超音波検査 個別:DXA検査	1,100円	1,100円	900円

※肺がん(胸部レントゲン検査)の対象者

…下記の①または②に該当する方です。

- 職場、学校、施設等で検査を受ける機会のない方
 - 個別(医療機関)で特定健診を受け、胸部レントゲン検査を実施していない方
- 次の方は受けられません。
- 過去6か月以内に検査をした方
 - 肺の病気で治療中の方
 - 妊娠中または妊娠している可能性のある方

無料クーポン券 対象年齢

以下の方は無料で検診が受けられます。
4月頃クーポン券を郵送します。

大腸がん	40歳の男女(昭和58年4月2日～昭和59年4月1日生)
乳がん	40歳の女性(昭和58年4月2日～昭和59年4月1日生)
子宮頸がん	25歳の女性(平成10年4月2日～平成11年4月1日生) 30歳の女性(平成5年4月2日～平成6年4月1日生) 35歳の女性(昭和63年4月2日～平成元年4月1日生)

まとめて検診が受けられる『集団検診』

会場：保健センター(※肺がん検診のみ一部公民館あり)

※各がん検診の対象は、**現在、症状がない方**です。自覚症状がある方は、集団検診を待たずに速やかに医療機関で診察を受けてください。

検診希望日を決めて電話またはインターネットからご予約ください。

【集団検診の申し込み開始日】

- ①電話申し込み…4月12日(水)午前9時～
0569-82-1111 健康・子育て課(保健センター)
 - ②インターネット申し込み…4月17日(月)午前9時～
町ホームページまたは右の2次元コードから申し込みできます。
- ※検診日の1週間前までにご案内を送付します。(問診票と採便容器等)



検診は30分毎の完全予約制

●印は、その日に実施する検診です。

月	日	受付時間	会場	検診・検査内容						
				前	胃	大	乳	子 ^{※1}	骨	肺 ^{※2}
5月	23日(火)	9:30~11:00	野間公民館	✓	✓	✓	✓	✓	✓	●
	24日(水)	9:30~11:00	奥田公民館	✓	✓	✓	✓	✓	✓	●
	25日(木)	9:30~11:00	布土公民館	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	29日(月)	8:30~11:00	保健センター	●	●	●	●	●	●	✓
	1日(木)	9:30~11:00	保健センター	✓	✓	✓	✓	✓	✓	●
6月	2日(金)	9:30~11:00	保健センター	✓	✓	✓	✓	✓	✓	●
	5日(月)	9:30~11:00	保健センター	✓	✓	✓	✓	✓	✓	●
	6日(火)	9:30~11:00	保健センター	✓	✓	✓	✓	✓	✓	●
	16日(金)	8:30~11:00	保健センター	●	●	●	●	●	●	✓
	18日(日)	9:30~11:00	保健センター	✓	✓	✓	✓	✓	✓	●
7月	19日(月)	9:30~11:00	保健センター	✓	✓	✓	✓	✓	✓	●
	29日(木)	8:30~11:00	保健センター	✓	✓	✓	✓	✓	✓	●
	12日(水)	8:30~11:00	保健センター	●	●	●	●	●	●	✓
	5日(火)	9:30~11:00	保健センター	✓	✓	✓	✓	✓	✓	●
	6日(水)	9:30~11:00	保健センター	✓	✓	✓	✓	✓	✓	●
9月	12日(火)	8:30~11:00	保健センター	●	●	●	●	●	●	✓

※1 子宮頸がん検診は午前9時15分～

※2 肺がん検診について
特定健診(保健センター・公民館)で受ける場合は、肺がん検診は申込みなしで受けられます。
(特定健診にて胸部レントゲン実施)

自分の都合に合わせてやすい『個別検診』

【個別検診の申し込み】

各医療機関へお電話でご予約ください。

※詳細については、各医療機関にお問い合わせください。

完全予約制

●印は、その日に実施する検診です。

予約受付期間 ※祝日は除く	実施期間 ※祝日は除く	検診・検査内容							
		前	胃	大	乳	子 ^{※1}	骨	肺 ^{※2}	
知多厚生病院 健康管理支援 センター (0569) 82-4604	5月8日(月)～ 令和6年 1月31日(水)	月曜日	午前	●	●	✓	✓	✓	●
		火曜日	午前	●	✓	✓	✓	●	
		水曜日	午前	●	✓	✓	✓	●	
		木曜日	午後	●	✓	✓	✓	●	
		金曜日	午後	●	✓	✓	✓	●	
	6月1日(木)～ 令和6年 2月29日(木)	月曜日	午前	●	●	✓	✓	✓	●
		火曜日	午後	●	✓	✓	✓	●	
		水曜日	午前	●	✓	✓	✓	●	
		木曜日	午後	●	✓	✓	✓	●	
		金曜日	午後	●	✓	✓	✓	●	
渡辺病院 健診センター (0569) 87-5000	5月8日(月)～ 令和6年 1月31日(水)	月曜日	午前	●	●	✓	✓	✓	●
		火曜日	午後	●	✓	✓	✓	●	
		水曜日	午前	●	✓	✓	✓	●	
		木曜日	午後	●	✓	✓	✓	●	
		金曜日	午後	●	✓	✓	✓	●	
	6月1日(木)～ 令和6年 2月29日(木)	月曜日	午前	●	●	✓	✓	✓	●
		火曜日	午後	●	✓	✓	✓	●	
		水曜日	午前	●	✓	✓	✓	●	
		木曜日	午後	●	✓	✓	✓	●	
		金曜日	午後	●	✓	✓	✓	●	

がんの治療をされた方へ ～アピラリクスケア用品の助成～

がん患者の方の精神的・経済的負担や社会生活上の不安を和らげるため、がん治療に伴う外見の変化を補うウェアグッズおよび乳房補整具の購入費用を助成します。

- 【対象者】町内に住民票を有し、次の条件を満たす方
- がんと診断され、がん治療に伴うアピラリクスケア用品を必要とする方
- 愛知県内で本補助制度を利用したことのない方

【補助対象】

- ウェア(全着用・部分用ウェア)
- 乳房補整具(人工乳房、補正下着、補正パッド)※補正下着パッドと下着が一体となったもの
- 【補助額】 購入費用(税込み)の半額(上限額20,000円)
- 【申請期間】 補助対象品の購入から1年以内。
- 【申請方法】 必要書類(治療をしていることかわかるもの、購入品の領収書、振込先の通帳またはキャッシュカード)をお持ちの上、保健センター窓口で申請してください。

詳しくは
町ホームページへ



●歯周病検診(8月～11月)

歯周病の予防・早期発見のために定期的に検診を受けましょう！
対象者

35歳：昭和62年4月2日～昭和63年4月1日生
 40歳：昭和57年4月2日～昭和58年4月1日生
 45歳：昭和52年4月2日～昭和53年4月1日生
 50歳：昭和47年4月2日～昭和48年4月1日生
 60歳：昭和37年4月2日～昭和38年4月1日生
 70歳：昭和27年4月2日～昭和28年4月1日生

※上記対象者には、7月頃に個別通知します。
 ※場所は町内委託歯科医院です。

●30代さわやか健診

対象者

今年度**30歳、32歳、35歳、37歳、39歳**になる方で健診を受ける機会のない方
 ※対象者には個別通知します。

日程および定員

日程	定員
6月29日(木)	50名

健診内容

身体計測・腹囲測定・血圧・尿検査・胸部レントゲン検査・血液検査(肝機能、血糖、HDL、LDL、中性脂肪、貧血)

実施時間 午前8時40分～10時30分

※待ち時間解消のため受付時間を分けてご案内します。

費用 1,500円

申込み 5月31日(水) 午前9時より

●木曜ウォーキング

季節を感じながら、みんなで楽しく歩いていきます。

時間 午前9時30分～(予約不要)雨天中止

第1・4・5週 保健センタースタート

第2週 野間公民館スタート

第3週は天候により、どちらかになります。

●健康相談 午後1時30分～(予約制)

※1週間前までに予約をお願いいたします。

医師・栄養士の健康相談

4月18日(火)	10月17日(火)
5月16日(火)	11月21日(火)
6月20日(火)	12月19日(火)
7月18日(火)	令和6年 1月16日(火)
8月29日(火)	2月20日(火)
9月19日(火)	3月19日(火)

主治医がいる方は主治医にご相談ください。

●保健師相談 午後1時30分～3時(予約制)

4月28日(金)	10月27日(金)
5月26日(金)	11月24日(金)
6月23日(金)	12月22日(金)
7月28日(金)	令和6年 1月26日(金)
8月25日(金)	2月16日(金)
9月22日(金)	3月22日(金)

●健康づくりに関立つ講座

健康づくりに関立つ講座等を開催します。

詳細は、保健センターだよりに掲載していきます。

●シルバーヘルス事業

おおむね65歳以上のグループ・団体の皆さんの健康づくりを応援する事業です。皆さんのご要望にあわせて「健康体操」「健康講話」などを実施するスタッフを派遣させていただきます。

●肝炎検査 (予約制)

対象者

40歳以上で過去に1度も検査したことのない方

※昭和57年4月2日～昭和58年4月1日生の方には通知します。

※前立腺がんの検診日に同日で実施します。

健康づくりに取り組んで

健康とお得を
GETしよう

健康マイレージがリニューアルします！
ぜひ、家族やお友達とご参加ください。

みはま健康マイレージ



《昨年度からの変更点》

★対象者：**3歳以上**で、町内在住・在勤・在学の方
 ★ポイントカードが**2種類**になります。(①3歳～中学生用、②高校生以上用)
 詳しくは町ホームページ(右2次元コード)をご確認ください。

ポイントが貯まるとこんなお得がもらえます

①「まいかカード」がもらえる

・愛知県内、約2,000店舗以上で割引や特典がもらえます。

★町内の協力店：ハイデルベルグ、食と健康の館、魚太郎(R5.2.16時点)

②抽選会で豪華景品が当たる

昨年度はこんな景品が当たりました！…スマートフォン、ミルキーQueen(お米)等

参加方法

【ポイントが貯められる期間】 4月3日(月)～令和6年2月29日(木)

【チャリンジカードをもらう(4月から配布)】

【配布場所】保健センター、図書館、総合公園体育館、各健診 など

●【100ポイント貯める】

自分で健康づくりの目標を決めて、取り組むとポイントを貯められます。

★健診や予防接種の実施、イベントに参加でポイントが早く貯まります！
 (学校や職場の健診も対象)

●【ポイントが貯まったら、まいかと交換 & 3月開催の抽選会に参加!】

【提出先】保健センター

【提出期限】令和6年3月1日まで

1人2枚まで参加可能。※景品が当たるのは1人1個までです。

健康づくりを応援するお店としてPRできます

～健康マイレージ協力店募集中～

まいかカードのご提示があった方へ、サービスや特典を提供してくださる協力店を募集しています。

【申請方法】 インターネット・FAX・郵送・メールで申請用紙を提出。
 詳しくは町ホームページ(右2次元コード)をご確認ください。

