

保健師だより

産後ケアを利用しませんか

産後ケア事業では、お母さんが「休息をとりたい」、「授乳や赤ちゃんのお世話がうまくできているか心配」、「1日の授乳リズムや量は大丈夫か」などの悩みを相談することによって、ゆったりとした気持ちで赤ちゃんの育児に取り組めるように、助産師等の専門職がお手伝いします。医療機関でのショートステイ（宿泊）やデイケア（9～16時）、助産師による授乳・育児相談等、必要なサービスを選んで利用できます。

▶対象＝本市に住民登録がある出産後1年以内のお母さんと赤ちゃん

▶利用方法

①健康増進課または赤ちゃん訪問などで利用について相談

②申請書を提出
※妊娠28週から申請可能。

③産後ケア事業申請結果通知書により通知

④指定施設へ直接予約をし、産後ケアを利用

◇利用料金助成について

産後ケア利用時に支払った、利用者負担金を一部助成します。

▶助成上限額＝1度の出産につき2,500円×5回（日）分

◇里帰り先等で産後ケアを利用された方

通常の産後ケアと同様の手続きが必要となります。

詳細は、問い合わせください。

●産後ケアの種類と利用者負担金(課税世帯)

季美の森母乳育児相談室・みかづき助産所・ひがし母乳育児相談室

内容	訪問型	通所（1回）型
利用可能時間	産後1年まで	
利用者負担金	1,200円（多胎加算200円）	1,000円（多胎加算100円）

東千葉メディカルセンター

内容	通所（1日）型	短期入所型
利用可能時間	産後4か月まで	産後2か月まで
利用者負担金	2,000円（多胎加算300円）	3,000円（多胎加算400円）

さんむ医療センター

内容	通所（1回）型	通所（1日）型	短期入所型
利用可能時間	産後1年まで	産後4か月まで	産後2か月まで
利用者負担金	1,000円（多胎加算300円）	2,000円（多胎加算300円）	3,000円（多胎加算500円）

※多胎加算の例＝負担金1,200円、多胎加算200円で、双子の場合は1,400円。
※産後ケアの具体的な内容については申請時にご確認ください。

保健

問い合わせは
健康増進課
☎(72)8321



6月の健診・予防接種等

●健診等

事業	会場	日時	対象
乳児健診	㊦	30日(月)午後	R7年1月生まれ
2歳児歯科健診		9日(月)午後	R4年11月生まれ
3歳児健診		27日(金)午後	R3年10月生まれ
歯っぴーモグモグ教室		20日(金)午前	R6年3.4.5月生まれ
乳児相談		13日(金)10時30分～11時	
マタニティ教室Ⅱ課 (赤ちゃんのお風呂入れ方等)		11日(水)午後	妊娠4か月以降の妊婦とその家族

●予防接種

予防接種名	会場	日程	受付時間
BCG	㊦	16日(月)	13時15分～13時45分（要予約）

㊦＝保健文化センター

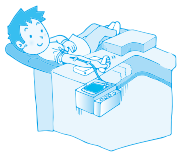
◎すべての健診と10か月乳児相談は個別通知をしております。

上記事業は予約制ですので、必ずご連絡ください。

◎健康相談・子育て相談は随時行っていますので、問い合わせください。

献血

- ▶日時＝6月8日(日)
- ・10時～12時30分
- ・13時45分～16時
- ▶会場＝ショッピングセンターアミリィ3階ホール
- ▶持ち物＝献血カード（持っている方）、運転免許証などの身分証明できるもの（献血カードが無い方）
- ▶共催＝大網白里ライオンズクラブ



骨密度測定

- かかとの超音波検査で骨密度を測定します。
- ▶日時＝7月2日(水)
- ・10時～10時30分
- ・10時30分～11時
- ・11時～11時30分
- ▶会場＝中央公民館
- ▶対象＝今年度未受診で、市内在住の20歳以上の女性
- ▶申込方法＝電話、窓口
- ※定員に達し次第、受付終了。
- ▶申込開始＝6月2日(月)
- ▶費用＝無料



集団がん検診～申し込みは6月27日(金)まで～

- 9月～11月に集団がん検診（胃がん・乳がん・子宮がん・大腸がん）を実施します。
- ▶申込方法＝電子申請、郵送（はがき）、窓口
- ※郵送の場合は、住所、氏名、生年月日、電話番号、希望する検診名を記載してください。
- ▶注意事項
- ・申し込みした方には、8月に受診票を送付します。
- ・令和5年度に胃・子宮がん検診、令和6年度に乳・大腸がん検診を集団がん検診で受けて異常が無かった方には、受診票を送付しますので、申し込みは不要です。



▲集団がん検診
申込フォーム

良い歯と健康な歯肉で 歯っぴーライフ

6月4日～10日は歯と口の健康週間です

市民の皆さんに生涯を通じて健康な歯と口で過ごしていただきたいという願いから、歯周病予防プロジェクトとしてデンタルフロスの普及を行っています。

日本人が歯を失う1番の原因である歯周病は、Silent Disease（静かな病気）と表現されるように、ひどくなるまで自覚症状が少ない病気です。そんな歯周病を予防するためには、その原因となる歯周病菌を毎日のホームケアで取り除くことが肝心です。

しかし、歯周病菌は酸素を嫌い、歯ブラシが届きにくい歯間部の歯ぐきの溝の中に住みつくため、ケアが難しいとされています。

歯周病を予防するためには、そこに潜む歯周病菌をデンタルフロスで取り除くことが重要です。これまでマタニティ教室や巡回指導(中学1年生、幼稚園の保護者)でデンタルフロスの普及を行っ

てきましたが、今年は2歳児歯科健診の保護者や高校生へ対象を拡大して実施しています。

これからの歯周病予防にデンタルフロスの使用は必須です。また、歯科医院で定期クリーニングを受けることも健康な歯を保つ秘訣です。

デンタルフロスを使用したことのない方は歯科受診の際に歯科医師や歯科衛生士に使い方を聞きましょう。

また、市の歯科相談でもお伝えできますので、お気軽に問い合わせください。



ヒトパピローマウイルス（HPV）ワクチン接種

- 令和6年夏以降の大幅な需要増により、HPVワクチンの接種を希望しても受けられなかった方は、全3回の接種を公費で完了できます。
- ▶対象＝次のすべての要件を満たす方
- ・平成9年度～20年度生まれの女性で、合計3回のHPVワクチン接種を完了していない方
- ・令和4年4月～令和7年3月までにHPVワクチンを1回以上接種した方
- ▶接種期間＝令和8年3月まで
- ※ワクチン接種間隔を確認し、期間内に接種完了できるよう留意ください。
- ▶持ち物＝予診票、母子健康手帳

