

【お知らせ】

◆産後でも歯科健診が受けられるようになってきました

妊婦歯科健診の受診期間が延長され、妊娠期間だけでなく、産後でも受けられるようになりました。妊娠中から産後にかけて、口の中を健康に保つことで、自身の健康だけでなく、生まれてきた赤ちゃんの虫歯菌の感染も防ぐことができ、お子さんの健康を守るにつながります。

【対象・回数】妊娠前から産後1年未満の間で1回

【場所】市内の歯科医院

【内容】歯と歯肉などの口の中の健康チェック（虫歯や歯周病の有無や口腔清掃状況の確認）、健診の結果に基づき健康アドバイス（必要に応じてブラッシング指導、歯やお口の相談など）

【費用】無料（その他の検査、治療を行ったときは、その費用は自己負担）

妊産婦歯科健診受診票は母子健康手帳交付時にお渡します。

お子様連れで受診できる歯科医院もありますので、お電話にて事前に確認をお願いします。



◆骨髄提供者などに助成金を交付します

日本では毎年、約2000人が骨髄・末梢血幹細胞移植を必要としています。一人でも多くの患者さんを救うためには、一人でも多くの骨髄・末梢血幹細胞提供者（ドナー）登録が必要です。



ドナーの負担軽減と骨髄などの移植の推進を図るため、ドナーとドナーが勤務する事業所に通院・入院などに要した日数に応じ助成金を交付します。

【対象/助成金額】①ドナー…骨髄などの提供日に市内に住所を有し、（公財）日本骨髄バンクが実施する骨髄バンク事業において骨髄などの提供をした方/通院・入院などに要した日数で1日当たり2万円（上限7日）
②事業所…①のドナー（個人事業主を除く）が勤務している国内の事業所（国、地方公共団体などを除く）/通院・入院などに要した日数で1日当たり1万円（上限7日）

※詳細は市HPをご覧ください
※詳細は市HPをご覧ください
お問い合わせください



▲市HP

◆成人男性の風しん抗体検査・定期予防接種の期間が延長されました

昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性を対象に、平成31年からの3年間、風しんの抗体検査および予防接種を無料で実施していましたが、令和7年度まで実施期間が延長することになりました。

現在、配布済のクーポン券は、期限が令和4年3月末となっておりますので、対象の方には改めて4月下旬頃にクーポン券を発送します。

【実施期間】令和4年4月～令和7年3月までの3年間

【対象者】昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性で、これまでにクーポン券を使用して、風しんの抗体検査および定期予防接種（第5期）を受けたことがない方

※詳しくは市HPをご覧ください



▲市HP

健康課 ☎23-3515

お手軽フィットネス

肩甲骨のまわりをほぐして肩こり予防!

首まわりの筋肉が、疲労によるコリで固くなり、血流が悪くなると肩こりが起きます。肩の筋肉をほぐして血流を良くして肩こりを防ぎましょう。

スポーツ課 ☎23-3531



- 1 直立し、手を上に伸ばします。
- 2 肩甲骨を狭めるように、手のひらを外側に向けながら、腕を曲げます。
- 3 手のひらを内側に向けながら、ゆっくりと手を上に伸ばします。

※①～③を10回程度繰り返す