



# 健康ガイド

Guia de saúde-Marco / Guide for Health in March

| 名称（☑＝予約制）・対象                                                                                                                      |                                                                                                                                                             | とき／ところ                                    | 備 考                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 妊<br>産<br>婦                                                                                                                       | 母子健康手帳交付と妊婦指導<br>Emissão da caderneta Maternal<br>The issuing of Maternity Record Book                                                                      | 月～金曜日（祝日を除く）<br>午前 8 時30分～正午／☒            | ☑妊娠届出書                                                                                                                                                    |
|                                                                                                                                   | ☑マタニティ 歯科健診<br>妊婦及び産後 1 年未満の産婦（定員30人／要予約）<br>Consulta odontológica p/gestantes / Dental check-up for pregnant and mothers within 12 months after childbirth | 2 日(※)午前 9 時～11時／<br>☒                    | ☑歯の健診、ブラッシング指導 ☑母子健康手帳、歯ブラシ、タオル                                                                                                                           |
|                                                                                                                                   | ☑パパママ教室第 2 回（母乳・子育て）<br>出産予定日の指定なし（定員50人／要予約）<br>Curso sobre dentição e amamentação infantil<br>Nursing/dental-care course for expecting fathers/mothers    | 15日(※)☑午前 9 時20分～9 時30分／☒ ☑ 2月21 日(月)から☒へ | ☑乳房管理や授乳の仕方（母乳・ほ乳ビン）実習・歯の健康づくりの話など<br>☑母子健康手帳                                                                                                             |
|                                                                                                                                   | ☑パパママ教室第 3 回（保育・おふろ）<br>出産予定日の指定なし（定員50人／要予約）<br>Curso sobre dentição e banho<br>Child rearing/bathing course for expecting fathers/mothers                 | 15日(※)☑午後 1 時20分～1 時30分／☒ ☑ 2月21 日(月)から☒へ | ☑保育の話、おふろの実習、妊婦体験など ☑母子健康手帳 ☑パパママと一緒にご参加ください。（一人での参加可）                                                                                                    |
| 乳<br>幼<br>児                                                                                                                       | 4 か月児健康診査 3 か月半～6 か月未満<br>Exame p/bebês de 4 meses / Health check-up for 4-month-old babies                                                                 | 2・9・16・23・30日(※)<br>☑午後 1 時～2 時／☒         | ☑診察、集団指導など<br>☑個人通知をします                                                                                                                                   |
|                                                                                                                                   | 1 歳 6 か月児健康診査 1 歳 6 か月～2 歳未満<br>Exame p/bebês de 1 ano e 6 meses<br>Health check-up for 18-month-old babies                                                 | 4・11・18・25日(※)☑午後 1 時～2 時／☒               | ☑診察、歯科健診、フッ素塗布など ☑個人通知をします                                                                                                                                |
|                                                                                                                                   | 3 歳児健康診査 3 歳～4 歳未満<br>Exame p/bebês de 3 anos / Health check-up for 3-year-old children                                                                     | 3・10・17・24・31日(※)<br>☑午後 1 時～2 時／☒        |                                                                                                                                                           |
|                                                                                                                                   | ☑育児相談 4 歳未満の子どもを持つ親（要予約）<br>Aconselhamento infantil<br>Child-care consultations for children younger than 3 years                                           | 10・24日(※)午前 9 時～10 時30分／☒                 | ☑育児・保育・栄養・歯科に関する相談、身体測定                                                                                                                                   |
|                                                                                                                                   | ゴックン教室（前期離乳食）<br>3 か月～5 か月の子どもを持つ親<br>Curso sobre alimentação de bebês de 3 a 5 meses<br>Lecture of baby-food for 3~5 month-old babies                      | 9・23日(※)☑午後 2 時10 分～2 時30分／☒              | ☑離乳食を始める時期やすめ方 ☑母子健康手帳                                                                                                                                    |
|                                                                                                                                   | カミカミ教室（後期離乳食と歯の手入れ）<br>7 か月～9 か月の子どもを持つ親<br>Curso sobre alimentação de bebês de 7 a 9 meses<br>Lecture of baby-food for 7~9 month-old babies                | 14・28日(※)☑午後 1 時15 分～1 時40分／☒             | ☑離乳食から幼児食へのすすめ方と歯の手入れの仕方<br>☑母子健康手帳 ☑希望者には受付時間内で身体計測（バスタオル、おむつ持参）                                                                                         |
|                                                                                                                                   | 赤ちゃん訪問 おおむね 3 か月までの子どもを持つ親<br>Visita domiciliar a bebês até 3 meses<br>Visiting child-care consultation for babies younger than 3 months                    | 随時                                        | ☑保健師または助産師が希望に応じてお宅に伺います                                                                                                                                  |
| 予<br>防<br>接<br>種                                                                                                                  | ツベルクリン・BCG 平成16年 4 月～10月生まれ<br>Vacina Tuberculina,BCG / Tuberculin,BCG Vaccinations                                                                         | 2・3 月／☒                                   | ☑母子健康手帳、予防票、保険証 ☑種類ごとに順次個人通知をします                                                                                                                          |
|                                                                                                                                   | 三種混合 初回＝平成16年 3 月生まれ 追加＝1 期初回 3 回目の接種完了後 1 年を過ぎた子ども<br>Vacina Tríplice / DPT Vaccinations                                                                   | 電話予約／指定医療機関                               | Serão enviados avisos individuais. Caso não receba,entre em contato com o centro de saúde. / You will be notified. If not, please ask Anjo Health Center. |
|                                                                                                                                   | 麻しん（はしか） 平成16年 1 月生まれ<br>Vacina contra o Sarampo / Vaccinations against Measles                                                                             |                                           | ■体調がすぐれないときなどは、受けられない場合があります。                                                                                                                             |
|                                                                                                                                   | 風しん 平成15年 9 月生まれ<br>Vacina contra Rubéola / Vaccinations against Rubella                                                                                    |                                           | ■対象以前に生まれ、90 か月未満で済んでいない子どもがいたらご連絡ください。                                                                                                                   |
|                                                                                                                                   | 日本脳炎 初回＝平成14年 1 月生まれ 追加＝初回 2 回目の接種完了後おおむね 1 年を過ぎた子ども<br>Vacina contra Encefalite japonesa<br>Vaccinations against Japanese Encephalitis                     |                                           |                                                                                                                                                           |
| ※申し込み・問い合わせは日本語で お願いします。 ※ Inscrições e maiores informações somente em japonês. ※ Applications and inquiries will be in Japanese. |                                                                                                                                                             |                                           |                                                                                                                                                           |

⇒ 市 保 健 セ ン タ ー ☎(76)1133  
Centro de saúde/Health Center

⇒ 衣浦東部保健所安城支所 ☎(75)7441  
Posto de saúde Kinuura/Kinuura-Tobu Health Center Anjo Division

|         |      |
|---------|------|
| ☑保健センター | ☑保健所 |
| ☑受付時間   | ☑内容  |
| ☑費用     | ☑持ち物 |
| ☑申し込み   | ☑その他 |

| 名称（☑=予約制）・対象 |                                                                                                                                                                                                                                  | とき／ところ                                                        | 備 考                                                                                   |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 相<br>談       | <b>☑食生活健康相談</b><br>生活習慣病予防の食生活について相談したい人<br>Consulta sobre educação alimentar<br>Consultations for eating habit/dietary life                                                                                                     | 28日(月)午前9時～11時、午後1時～3時／☒                                      | ☑管理栄養士による食生活の相談                                                                       |
|              | <b>保健相談</b> 健康に不安を持つ人<br>Consulta sobre saúde / Health consultation                                                                                                                                                              | 月～金曜日（祝日を除く）午前8時30分～正午、午後1時～5時／☒                              | ☑日常生活や健康づくりに関する相談 ☑電話可                                                                |
|              | <b>☑心の健康相談</b> 心の健康に不安を持つ人<br>Consulta sobre saúde mental / Mental health consultation                                                                                                                                           | 8・15・22日(※)☑午後1時30分～2時30分／☑                                   | ☑精神障害、アルコール問題、ひきこもり、思春期問題などの相談                                                        |
|              | <b>☑歯科相談</b> 難病患者、精神障害者、障害児(者)など<br>Consulta odontológica voltada a deficientes e portadores de doenças incuráveis<br>Dental consultations for handicapped and obstinate disease patients                                        | 22日(※)☑午前9時30分～11時／☑                                          | ☑虫歯や歯周病などに関する相談                                                                       |
| 検<br>診       | <b>☑基本健康診査</b><br>40歳以上（社会保険の被保険者を除く）<br>Exame básico de saúde (Acima de 40 anos)<br>Basic health examination (older than 40 years)                                                                                              | 6月～翌年3月／指定医療機関<br>☑☑☑☑☑ 5月～8月（国保加入者のみ） ※社会保険の被扶養者は健康保険証を持って☒へ | ☑問診、身体測定、血圧測定、検尿、血液検査など<br>☑1000円（前立腺検査を受ける場合は1500円） ★ <b>支払いは受診時に医療機関へ。70歳以上は無料。</b> |
|              | <b>☑胃がん検診</b> 40歳以上（会社などで機会がない人）<br>Exame de câncer estomacal (Acima de 40 anos)<br>Medical examination for stomach cancer (older than 40 years)                                                                                 | 6月～翌年3月／指定医療機関                                                | ☑X線撮影 ☑2000円                                                                          |
|              | <b>☑肺がん検診</b> ※かく痰細胞診検査を追加できます。<br>40歳以上（会社などで機会がない人）<br>Exame de câncer pulmonar (Acima de 40 anos)<br>Medical examination for lung cancer (older than 40 years)                                                                | ★ <b>支払いは受診時に医療機関へ。70歳以上は無料。</b>                              | ☑X線撮影 ☑500円（かく痰検査を受ける場合は1000円）                                                        |
|              | <b>☑大腸がん検診</b> 40歳以上（会社などで機会がない人）<br>Exame de câncer do colon (Acima de 40 anos)<br>Medical examination for intestinal cancer (older than 40 years)                                                                              |                                                               | ☑免疫便潜血検査（2日法）<br>☑500円                                                                |
|              | <b>☑前立腺がん検診</b><br>40歳以上（会社などで機会がない人）<br>Exame de câncer da próstata (Acima de 40 anos)<br>Medical examination for prostate cancer (older than 40 years)                                                                         |                                                               | ☑血液検査 ☑500円                                                                           |
|              | <b>☑人間ドック</b> 20歳以上<br>※胃がん検診については30歳未満は行わず、また30～39歳は選択制です。                                                                                                                                                                      | 月～金曜日の午前中／☒                                                   | ☑胸部・腹部・眼底・眼圧・心電図・血液検査など<br>☑6000円～3万円（健康保険証の種類による） ☑健康保険証                             |
|              | <b>☑レディースドック</b> 30歳以上<br>※乳がん・子宮がん検査が追加されます。<br>Check-up (Acima de 20anos) / Check-up feminino (Acima de 30 anos) / Complete physical examination (older than 20 years) / Physical examination for ladies (older than 30 years) |                                                               |                                                                                       |
|              | <b>☑子宮がん検診</b> 30歳以上（会社などで機会がない人）<br>Exame de câncer uterino (Acima de 30 anos)<br>Medical examination for uterine cancer (older than 30 years)                                                                                  | 随時／☒または指定医療機関（骨健診は☒のみ）                                        | ☑子宮頸部細胞診 ☑1000円（70歳以上は無料）                                                             |
|              | <b>☑乳がん検診</b> 30歳以上（会社などで機会がない人）<br>Exame de câncer de mama (Acima de 30 anos)<br>Medical examination for breast cancer (older than 30 years)                                                                                    | ★ <b>支払いは受診時に医療機関へ。70歳以上は無料。</b>                              | ☑視触診、マンモグラフィ（☒のみ） ☑☒⇒1000円、医療機関⇒500円                                                  |
|              | <b>☑骨健診</b> 子宮・乳がん検診受診者のみ<br>Exame dos ossos (restrito aos que realizarem os exames do câncer de mama e uterino) / Bone density measurement (for those who are examined for uterine or breast cancer)                            |                                                               | ☑超音波法<br>☑500円                                                                        |
|              | <b>☑事業所等定期検診</b><br>結核予防法・労働安全衛生法に基づく健康診断希望者                                                                                                                                                                                     | 8・22日(※)☑午前9時～10時30分／☑                                        | ☑有料                                                                                   |
|              | <b>性感染症検査</b> 性感染症に不安を持つ人<br>Exame de DST (doenças sexualmente transmissíveis)<br>STD (sexually transmitted disease) examination                                                                                                 | 1・8・15・22・29日(※)<br>☑午前10時30分～11時30分／☑                        | ☑エイズ・梅毒・クラミジア検査 ☑無料 ☑匿名                                                               |