



健康ガイド

Guia de saúde-Dezembro / Guide for Health in December

名称（☑=予約制）・対象		とき／ところ	備 考
妊 産 婦	母子健康手帳交付と妊婦指導 Emissão da caderneta Maternal The issuing of Maternity Record Book	月～金曜日（祝日を除く） 午前8時30分～正午／☒	☑妊娠届出書
	☑マタニティ歯科健診 妊婦及び産後1年未満の産婦（定員30人／要予約） Consulta odontológica p/gestantes / Dental check-up for pregnant and mothers within 12 months after childbirth	1日(※)午前9時～11時／ ☒	☑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1回（親業訓練） 出産予定日の指定なし（定員50人／要予約） Curso para futuros Pais (Treinamento) Parenting course for expecting fathers/mothers	18日(土)☑午前9時20分～9時30分／☒ 申11月22日(月)から☒へ	☑第1回(親業訓練)➡「親になること、家庭を築くこと」のグループ体験学習／第3回(保育・おふろ)➡保育の話、おふろの実習、妊婦体験など ☑母子健康手帳 ☑パパママ一緒にご参加ください。（一人での参加可）
	☑パパママ教室第3回（保育・おふろ） 出産予定日が来年3・4月（定員50人／要予約） Curso sobre dentição e banho Child rearing/bathing course for expecting fathers/mothers	18日(土)☑午後1時20分～1時30分／☒ 申11月22日(月)から☒へ	
	☑パパママ教室第4回（クッキング） 出産予定日の指定なし（定員20人／要予約） Curso para futuros Pais (Culinária) Cooking course of meal for pregnant	24日(金)午前9時30分～午後1時／☒ 申12月17日(金)までに☒へ	☑妊娠時の食事の講習や離乳食準備期と初期の調理実習など 費1人400円 ☑母子健康手帳、エプロン、みそ汁100cc（塩分濃度測定希望者）
乳 幼 児	4か月児健康診査 3か月半～6か月未満 Exame p/bebês de 4 meses / Health check-up for 4-month-old babies	1・8・15・22日(※)☑午後1時～2時／☒	☑診察、集団指導など ☒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 Exame p/bebês de 1 ano e 6 meses Health check-up for 18-month-old babies	3・10・17・24日(金)☑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 Exame p/bebês de 3 anos / Health check-up for 3-year-old children	2・9・16日(※)☑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） Aconselhamento infantil Child-care consultations for children younger than 3 years	9・16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） 3か月～5か月の子どもを持つ親 Curso sobre alimentação de bebês de 3 a 5 meses Lecture of baby-food for 3~5 month-old babies	8・22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
予 防 接 種	カミカミ教室（後期離乳食と歯の手入れ） 7か月～9か月の子どもを持つ親 Curso sobre alimentação de bebês de 7 a 9 meses Lecture of baby-food for 7~9 month-old babies	13日(月)☑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 ☑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 Visita domiciliar a bebês até 3 meses 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
	ポリオ（小児マヒ） 平成16年1月～6月生まれ Vacina Pólio / Polio Vaccinations	10～12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15年12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 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 saude. / You will be notified. If not, please ask Anjo Health Center.
	麻疹（はしか） 平成15年10月生まれ 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6月生まれ 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13年10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 Vacina contra Encefalite japonesa 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 談	☑食生活健康相談 生活習慣病予防の食生活について相談したい人 Consulta sobre educação alimentar Consultations for eating habit/dietary life	20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
	保健相談 健康に不安を持つ人 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
	☑心の健康相談 心の健康に不安を持つ人 Consulta sobre saúde mental / Mental health consultation	14・21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
	☑歯科相談 難病患者、精神障害者、障害児(者)など Consulta odontológica voltada a deficientes e portadores de doenças incuráveis Dental consultations for handicapped and obstinate disease patients	28日(※)☑午前9時30分～11時／☑	☑虫歯や歯周病などに関する相談
検 診	☑基本健康診査 40歳以上（社会保険の被保険者を除く） Exame básico de saúde (Acima de 40 anos) Basic health examination (older than 40 years)	6月～翌年3月／指定医療機関 ☑☑☑☑☑ 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 費1000円（前立腺検査を受ける場合は1500円） 支払いは受診時に医療機関へ。70歳以上は無料。
	☑成人歯科健診 40歳・50歳・60歳・70歳 Exame odontológico para adultos de:40,50,60 e 70 anos de idade Dental check-up for aged 40,50,60 and 70 years old	7月～翌年1月／指定歯科医療機関 ☑☑☑☑☑ 6月	費500円 支払いは受診時に医療機関へ。70歳以上は無料。
	☑胃がん検診 40歳以上（会社などで機会がない人） Exame de câncer estomacal (Acima de 40 anos) 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 費2000円
	☑肺がん検診 かく痰細胞診検査を追加できます。 40歳以上（会社などで機会がない人） Exame de câncer pulmonar (Acima de 40 anos) Medical examination for lung cancer (older than 40 years)	支払いは受診時に医療機関へ。70歳以上は無料。	☑X線撮影 費500円(かく痰検査を受ける場合は1000円)
	☑大腸がん検診 40歳以上（会社などで機会がない人） Exame de câncer do colon (Acima de 40 anos) Medical examination for intestinal cancer (older than 40 years)		☑免疫便潜血検査（2日法） 費500円
	☑前立腺がん検診 40歳以上（会社などで機会がない人） Exame de câncer da próstata (Acima de 40 anos) Medical examination for prostate cancer (older than 40 years)		☑血液検査 費500円
	☑人間ドック 20歳以上 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（祝日を除く）／☒	☑胸部・腹部・眼底・眼圧・心電図・血液検査など 費6000円～3万円（健康保険証の種類による） ☑健康保険証
	☑レディースドック 30歳以上 乳がん・子宮がん検査が追加されます。 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)		
	☑子宮がん検診 30歳以上（会社などで機会がない人） Exame de câncer uterino (Acima de 30 anos) 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 費1000円（70歳以上は無料）
	☑乳がん検診 30歳以上（会社などで機会がない人） Exame de câncer de mama (Acima de 30 anos) Medical examination for breast cancer (older than 30 years)	支払いは受診時に医療機関へ。70歳以上は無料。	☑視触診、マンモグラフィー（☒のみ） 費☒⇒1000円、医療機関⇒500円
	☑骨健診 子宮・乳がん検診受診者のみ 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 費500円
	☑事業所等定期検診 結核予防法・労働安全衛生法に基づく健康診断希望者	14・28日(※)☑午前9時～10時30分／☑	費有料
	性感染症検査 性感染症に不安を持つ人 Exame de DST (doenças sexualmente transmissíveis) STD (sexually transmitted disease) examination	7・14・21日(※)☑午前10時30分～11時30分／☑	☑エイズ・梅毒・クラミジア検査 費無料 ☒匿名