

# 保健だより

## がん検診

受診はお済みですか？

申込期限 平成30年1月31日(水) 実施期限 平成30年2月28日(水)

常滑市民病院						
検診名	胃がん	肺がん・結核	乳がん	子宮頸がん	前立腺がん	大腸がん
曜日	月～金曜日(※乳がん検診・子宮頸がん検診は、12/6、H30/1/13、2/10の土曜日にも実施)					
時間	午前	午前・午後	午前・午後	午前・月曜日のみ午後あり	午前・午後	午前・午後
検診内容	胃デジタルエックス線検査	胸部デジタルエックス線検査	マンモグラフィ撮影	細胞診検査	PSA検査(採血)	便潜血2日法(採便)
対象	満40歳以上	満40歳以上	満40歳以上の女性	満20歳以上の女性	満50歳以上の男性	満40歳以上
検診負担金	1,300円	300円 ※65歳以上無料	1,300円	1,300円	600円	1,000円

申込み・問合せ 市民病院健康管理センター ☎47-6810

半田市医師会健康管理センター		指定医療機関
検診名	乳がん	子宮頸がん 大腸がん
曜日	月～土曜日	
時間	午前	
検診内容	マンモグラフィ撮影	細胞診検査 便潜血2日法(採便)
対象	満40歳以上の女性	満20歳以上の女性 満40歳以上
検診負担金	1,300円	1,300円 1,000円

伊紀医院、伊藤医院、伊藤クリニック、稲葉診療所、おおしまハートクリニック、河村内科、きほくクリニック、こいえ内科、杉江医院、鷹津内科・小児科、瀧田医院、竹内内科小児科、常滑いきいきクリニック、内科小児科須知医院、中村クリニック、なつめ医院、村川医院、安富医院

申込み・問合せ 健康推進課(保健センター内) ☎34-7000

※対象年齢は、平成30年3月31日現在。

## 献血にご協力を(12月)

12月の献血の実施日時は未定です。

ー 献血ありがとうございました(10月)ー

11日	(株)デンソーダイシン	55人
14日	常滑ライオンズクラブ ＜常滑焼まつり(ポートルースとこなめ)会場＞	67人
25日	ジャニス工業(株)	20人

## 休日診療当番医(12月)

診療時間 9:00～12:00

当番日	当番医	電話
3日(日)	鷹津内科・小児科(錦町)	34-6655
10日(日)	常滑いきいきクリニック(陶郷町)	36-1122
17日(日)	常滑眼科クリニック(字折戸)	34-8899
23日(祝)	とこなめ耳鼻咽喉科クリニック(錦町)	36-3341
24日(日)	とこなめ整形外科(字千代)	35-0022
31日(日)	伊紀医院(大野町)	43-5211

※都合により変更になる場合があります。

## 母子保健(12月)

### ■健診

健診の日程は「母子保健だより」または市ホームページで確認してください。該当者には、**健診の1カ月前**に案内を送ります。案内が届かない場合は健康推進課に問い合わせてください。

### ホームページ

<http://www.city.tokoname.aichi.jp/kurashi/kodomo/1000674/1000678.html>

### ■教室・相談(要予約、先着順)

教室・相談		期日	時間
離乳食講習会 ※3～4カ月健診受診後から受付開始	ステップ1	5日(火)	10:20～12:00
	ステップ2	21日(木)	
1歳からの食事と歯の教室		13日(水)	
パパママセミナー (4・5月出産予定の人)	第1回	11日(月)	10:00～12:00
	第2回	20日(水)	9:50～11:30
赤ちゃん相談 ※12月5日(火)受付開始		19日(火)	9:00～11:00
発達相談		希望する場合は、保健センター(保健師)までお問い合わせください。日程をお知らせします。	
マタニティ・おっばい相談 (相談希望者は事前にお問い合わせください。)		毎週金曜日	13:00～16:00

申込み・問合せ 健康推進課 ☎34-7000

共に支え合い  
健「幸」に暮らせるまちとこなめ

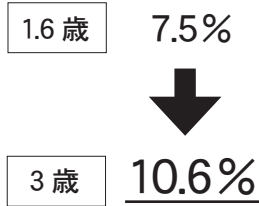
テレビやゲーム、スマホはほどほどに

近年、メディアの多様化により、子どもたちもテレビやゲーム、スマホに触れる機会が増えました。子どもは、次々と変わる音と映像のコンテンツに興味を示す傾向が強いです。しかし、それらの情報だけで終わらないように注意が必要です。また、テレビやゲーム、スマホに「子守をさせる」状態は、好ましい状態とは言えません。

●健診での生活習慣の調査

市で実施している1歳6カ月児健診と3歳児健診受診時の聞き取りから、年齢が上がるとともに、長時間テレビ・DVDなどを見ている子どもが増えていることが分かります。

1日4時間以上テレビ・DVDなどを見る子どもの割合



※平成28年度1歳6カ月児・3歳児健診問診から



●わが家のルールを決めましょう

「タイマーが鳴るまで」など、約束の時間になったら必ず終わらせましょう。「家事がはかどるからもう少しだけ…」などと区切りを曖昧にすると、ルールは定着

しません。テレビやゲーム、スマホとの付き合いは、「区切りを学ぶ体験」のひとつと捉えて取り組んでもいいですね。

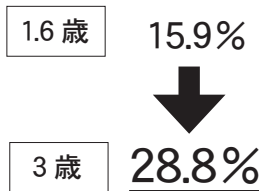
●生活リズムが乱れる原因にも！

テレビやゲーム、スマホから出る光刺激は強いいため、興奮して眠りにくくなるなど、生活リズムが乱れる原因になります。

テレビなどを見る時間と同様、年齢が上がるとともに、就寝時間が遅い子どもが増えています。

就寝前のテレビやゲーム、スマホは避けたほうがいいでしょう。

22時以降に就寝する子どもの割合



※平成28年度1歳6カ月児・3歳児健診問診から



テレビやゲーム、スマホは、見る時間を決めるとともに、保護者から話しかけるなどコミュニケーションをとりながら一緒に見ることを心がけましょう。子どもも保護者も上手に付き合えるといいですね。

問合せ 健康推進課母子チーム（保健センター内）

☎ 34・7000

広告

**河村内科**  
KAWAMURA  
Internal Medicine  
Pediatrics  
Cardiovascular Medicine  
内科・循環器内科・小児科  
院長：河村 大誠

常滑市奥条2-81-2 TEL:0569 36-1070

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
AM 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	/
PM 4:00~7:00	○	○	/	○	○	/	/

休診日：水曜日午後・土曜日午後・日曜日・祝/祭日

知多バス 山方橋バス停前 [P] 駐車場20台

www.kawamura-naika.com 河村内科 検索

内科・消化器内科  
健康診断 経鼻内視鏡検査（食道・胃）  
予防接種 大腸ポリープ切除術

**杉江医院**  
SUGIE CLINIC

院長 杉江 元彦 医学博士  
(財)日本消化器病学会 消化器病専門医  
(社)日本消化器内視鏡学会 消化器内視鏡専門医

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
◆診療時間							
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	/
午後 5:00~7:00	○	○	/	○	○	/	/

■休診日 日曜日・祝日 水曜日午後・土曜日午後

〒479-0829 常滑市本町2丁目97  
TEL (0569) 36-3003  
http://www.myclinic.ne.jp/sugie/

農協本町出張所 北側川沿い東へ50m [P] 25台