

母子保健

図保健センター ☎(23)6187

妊婦、おおむね3歳児までの相談、教室、健診などを実施しています。

LINE ID:@138dbbdi

産前産後の保健事業

●母子健康手帳交付

妊娠した方は、保健センターへ妊娠届出書を提出し、母子健康手帳の交付を受けてください。妊婦健康診査受診票を渡します。

受付日時 毎週火曜日 午後1時～1時15分

●ママパスクール ※要予約、夫婦で参加

・妊娠・出産クラス・子育てクラス

●マタニティセミナー ※要予約

妊娠、出産、育児についての正しい知識を学べます。

- ・お料理紹介コース
- ・母乳 マタニティヨガコース
- ・マタニティ相談(毎週月曜日午前中)

●産後心と体のケアクラス

●産後初めての子育て講座

乳幼児健診と教室

●健康診査

4か月児健康診査、10か月児健康診査、1歳6か月児健康診査、2歳3か月児健康診査、3歳6か月児健康診査を行います。

●教室 ※要予約

- ・虫歯予防教室(1歳6か月～3歳6か月)
- ・離乳食教室はじめてクラス(4～6か月の子どものある方)
- ・離乳食教室モグモグクラス(7～8か月の子どものある方)
- ・ぱくぱく教室(1～2歳児)
- ・親子で食育クッキー作り(3歳児)

乳幼児の相談と訪問

●乳幼児健康相談 ※要予約

育児、発育、発達、栄養などの相談に応じます。

受付日時 毎週月曜日 午前9時～11時30分

相談員 保健師、管理栄養士、助産師、歯科衛生士

※医師相談は、原則第1月曜日

●発達支援総合窓口相談 ※要予約

言葉などの発達や育児などについて、発達の専門家(臨床心理士)が相談に応じます。

●訪問

地域の母子保健推進員や保健師・助産師が訪問し、子育て相談などの支援をします。

- ・新生児訪問
- ・赤ちゃん訪問
- ・7-8カ月児訪問
- ・3歳バースデー訪問等

予防接種

生後6週から病気に対する抵抗力を付けるために行います。

予防接種には多くの種類があります。予診票と母子健康手帳を持って、指定医療機関で計画的に接種しましょう。



歯科・小児歯科

英 歯 科

〒507-0041 多治見市太平町5-1-1

TEL&FAX(予約制)

0572-21-0550

診療時間 9:00～12:00

14:00～19:00

休 診 日 日曜・木曜



成人保健

閩保健センター ☎(23)5960・(23)5025

●検診

検診名	対 象
30代健診	30歳代で職場などの健診を受ける機会のない方
胃がん検診	40歳以上で職場などの検診を受ける機会のない方
子宮頸がん検診	20歳以上の女性で職場などの検診を受ける機会のない方(隔年受診)
乳がん検診	40歳以上の女性で職場などの検診を受ける機会のない方(隔年受診)
大腸がん検診	40歳以上で職場などの検診を受ける機会のない方
肝炎ウイルス検診	40歳以上で過去に市の肝炎ウイルス検診未受診の方
前立腺がん検診	50歳以上の男性で職場などの検診を受ける機会のない方
節目眼科検診	40、45、50、55、60歳の方
結核・肺がん検診	40歳以上で職場などの検診を受ける機会のない方
骨密度測定	20歳以上の方
節目歯科健診	40、50、60、70歳の方

※検査内容、実施場所、受診(予約)方法、自己負担金などの詳細は、広報たじみ、市のホームページでご確認いただくか、保健センターにお問い合わせください

■相談

●こころの相談 ※要予約

気分が沈む、イライラする、眠れない、育児ノイローゼなどへの精神科医による相談。

●健康相談 ※医師の相談は要予約

血圧測定、体内成分測定など、健康に関する相談。

受付日時 毎月第3金曜日 午後1時30分～3時

相談員 医師、管理栄養士、保健師

●特定保健指導

特定健診後の保健指導(随時)

■講座

生活習慣病予防に関する健康、栄養、運動などの講座を実施しています。

水野 皮膚科医院

多治見市昭和町10番地

TEL. 0572-22-1056

休 診 日: 日曜・祝日・土曜日午後
診療時間: 9:00～12:00/14:00～18:00
(金曜)9:00～12:00/15:00～18:00

医療法人社団 玲仁会
幸クリニック

〒507-0077 多治見市幸町7-28-14

TEL. 0572-20-2055

【診療科目】 内科 内分泌内科
人工透析内科
リハビリテーション科

【診療時間】 9:00～12:00 16:00～19:00

【休 診 日】 金午後・土午後・日・祝日

<http://reizinkai.com>

看護師募集



健康づくり

図保健センター ☎(23)5960

生活習慣病を減少させ、健康でいきいきと生活できるよう、健康づくりを推進します。

第2次たじみ健康ハッピープラン

たじみ健康ハッピープランとは、市民が健康でいきいきと幸せに暮らすことができるまちを目指して策定された健康づくり計画です。

乳幼児から高齢者まで一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組むことを推進するとともに、地域、学校、行政、関係団体などが協働し、健康づくりに関する社会環境整備に重点を置いて進めていきます。

ライフステージごとの行動目標

乳幼児から高齢者までを7つのライフステージに分けて、市民一人ひとりが健康づくりに取り組む行動目標を設定しています。市民が自ら取り組むことで、生活習慣病の発症や進行が予防できます。

ライフステージ	食生活	運 動	喫煙対策
乳幼児期 0～5歳	毎食、野菜を食べる うす味になれる	親子でからだを使って遊ぶ ～ 毎日、最低60分以上*1の 外遊びの習慣化を目指す ～	受動喫煙を受けない*2
学童期 6～12歳	毎食、野菜を食べる 朝ごはんを食べる うす味になれる	家族や友達とからだを使って遊ぶ ～ 毎日、最低60分以上*1の 運動遊び*3の習慣化を目指す ～	タバコの害を知る 受動喫煙を受けない*2
思春期 13～19歳		運動する習慣をつける ～ 毎日、最低60分以上*1の 運動・スポーツの習慣化を目指す ～	タバコを吸わない 受動喫煙を受けない*2
青年期 20～34歳	毎食、野菜を食べる ～1日350g以上とる～ 朝ごはんを食べる うす味にする	積極的に運動する ～ 週2日、1回30分以上を目指す ～	禁煙する 受動喫煙を受けない*2
壮年期 35～54歳	毎食、野菜を食べる ～1日350g以上とる～ うす味にする	今より15分以上歩く ～ 1日1万歩を目指す ～ ※15分の歩行は1,500歩に相当 (距離900～1,050m)	
初老期 55～64歳		今より15分以上歩く ～ 1日8,000歩を目指す ～ ※15分の歩行は1,300歩に相当 (距離650～700m)	
高齢期 65歳以上			

*1「60分以上」……………1日の活動時間を合計して60分以上

*2「受動喫煙を受けない」…タバコの煙を吸わせないための環境づくりとタバコの煙に近づかない行動をいいます

*3「運動遊び」……………からだを使った遊びのすべて

健康づくり事業

●栄養教室

ヘルスマイト（食生活改善推進員）として活動するための養成講座です。

●減塩応援店

市内の飲食店で、減塩メニュー、うす味のできるメニューの提供、減塩資料を設置して減塩を推進しています。

●野菜摂取啓発

市内のスーパー、八百屋、コンビニ、ドラッグストアでポスター、リーフレット等を設置して野菜摂取を推進しています。

●ウォーキング

多治見のまちを健康づくり推進員が案内します。手軽にできるウォーキングを通じて健康づくりを推進します。

●らくらく筋力アップ体操

誰でもできる簡単な体操を地域の公民館などで開催します。

●親子さんぽ

児童館、児童センターと協力し、親子で楽しく散歩します。

●健康づくり推進員養成講座（2年に1回）

地域における健康づくりの推進・啓発を行う健康づくり推進員を養成します。

●喫煙対策推進事業

多治見市望まないタバコの被害から市民を守る条例を周知し、受動喫煙防止対策を推進します。

●禁煙外来治療費助成事業

喫煙者の禁煙外来治療費の一部を助成します。

※治療開始前に保健センターへの届出必要

保健師地区担当制

各小学校区の担当保健師が、より健康になるための活動を地域の方と一緒に考えていきます。
顔の見える保健活動を行うことで健康づくりを推進します。

⑩

健康・保健

Light you up
DAIHATSU



東濃ダイハツ株式会社

〒507-0015

岐阜県多治見市住吉町1-24

TEL:0572-22-5321

FAX:0572-22-5322



笑顔は人を明るくします。世の中を明るくするような接客を目指して
今日も頑張っていますので皆様ぜひお店に遊びに来てください。