

# 健康な暮らしのために ～令和3年4月号～

発行：調布市福祉健康部健康推進課  
〒182-0026 調布市小島町2-33-1  
文化会館たづくり西館4階保健センター  
TEL 042-441-6100  
FAX 042-441-6101

## 令和3年度調布市健康ガイドが完成しました！

令和3年度に実施される各種健診や予防接種，母子・成人向けの催し物など，市の健康事業について掲載しています。令和3年3月に市内全戸へ配布しました。健康推進課の窓口や，市内の福祉施設などにも配架してあります。

市のホームページからも「令和3年度保存版 調布市健康ガイド」のPDF ファイルをダウンロードできます。皆さんの健康推進にお役立てください。

※新型コロナウイルス感染症のため、日程に変更がある場合があります。

### 令和3年度 調布市健康ガイド

健康づくり始める続ける楽しんで  
調布市福祉健康部健康推進課  
〒182-0026 調布市小島町2-33-1  
文化会館たづくり西館4階保健センター  
TEL 042-441-6100 FAX 042-441-6101

---

#### 乳幼児健康診査

下記についての問い合わせ・申込みは母子保健係担当 ☎042-441-6081へ  
対象者は個別に通知します。転入などで通知が届かない方はご連絡ください。各健診は指定日で案内しています。日程変更希望される場合は、必ずご連絡ください。

令和3年度乳幼児健診日程表（保健センターで実施）					
3～4か月児健診		1歳6か月児健診		2歳児健診	
3か月に達する月の初旬にお知らせします		1歳6か月に達する月の初旬にお知らせします		2歳に達する月の初旬にお知らせします	
受付期間 ▶ ①1305-1310 ②1320-1330 ③1340-1350 ④1355-1400のいずれかで実施されます		受付期間 ▶ ①1310-1320 ②1320-1340 ③1350-1400 ④1405-1415のいずれかで実施されます		受付期間 ▶ ①1310-1320 ②1320-1340 ③1350-1400 ④1405-1415のいずれかで実施されます	
対象者の誕生日	月 日	対象者の誕生日	月 日	対象者の誕生日	月 日
令和2年	12月生まれ	4月	9月生まれ	4月	9月生まれ
	1月生まれ	5月	10月生まれ	5月	10月生まれ
	2月生まれ	6月	11月生まれ	6月	11月生まれ
	3月生まれ	7月	12月生まれ	7月	12月生まれ
	4月生まれ	8月	1月生まれ	8月	1月生まれ
	5月生まれ	9月	2月生まれ	9月	2月生まれ
	6月生まれ	10月	3月生まれ	10月	3月生まれ
	7月生まれ	11月	4月生まれ	11月	4月生まれ
	8月生まれ	12月	5月生まれ	12月	5月生まれ
	9月生まれ	1月	6月生まれ	1月	6月生まれ
	10月生まれ	2月	7月生まれ	2月	7月生まれ
	11月生まれ	3月	8月生まれ	3月	8月生まれ
	12月生まれ	4月	9月生まれ	4月	9月生まれ

※6-7か月・9-10か月児健康診査は、3～4か月児健診にて配布します。指定医療機関で受診してください。

---

#### 母子健康手帳の交付・ゆりかご調布

医師または助産師による妊娠の診断を受けた方は、「妊娠届出書」を提出し、「母子健康手帳」を受け取ります。  
また、安心して出産を迎えたいために、専門職が妊婦さんご本人と直接相談を行っています。出産・育児のための安心を言葉でご相談ください。重要を受け取れる方には育児サポートを致します。  
場 所：健康推進課・子ども保健センターこすこや  
※母子健康手帳交付とゆりかご調布は別窓口に受け取ることができ、※転入の方、母子健康手帳をすでに所持の方は健康推進課へ

---

#### もうすぐママ・パパ教室（予約制）

①3週コース ②1回コース ③1回しか  
対 象：初めての出産を迎えるママとパパ（妊娠4～6ヶ月の安定後の予定）  
内 容：専門職による産前産後のポイント、沐浴などの体験学習  
予約方法：健康推進課へ直接または電話にてご予約ください。

---

#### こんには赤ちゃん訪問（新生児訪問）

※出生通知書（わが家の赤ちゃん）が知らずにはじめに届くこと  
生後4か月までの乳児がいるすべてのご家庭を対象とし、保健師・看護師が訪問します。  
赤ちゃんの体重測定や育児全般のこと、お母さんご自身のことなどについての相談、また育児支援サービスのご案内を行っています。  
※市外から転入された方は、ご連絡ください。

---

#### 産後ケア事業

母体の休息・授乳の指導、育児相談を行います。生後6ヶ月以内のお子さんとお母さんが対象です。  
利用方法：健康推進課へ利用申請をしてください。

---

#### 調布市特定不妊治療助成金交付

特定不妊治療について、経済的負担軽減を図るため、東京都が実施している特定不妊治療助成制度に加え、治療費の一部を助成します。制度の詳細や申請方法については、健康推進課までお問い合わせください。  
対 象：東京都特定不妊治療助成制度を受け、助成決定が決定している方  
内 容：1年度につき1回、自治体内容の東京都特定不妊治療助成費を補った費用のうち、1万円を限度として助成します。  
申請期間：原則、助成金の承認決定日（令和3年度は4月1日）から5月31日まで

---

#### わくわく育児教室（予約制）

お子さんの成長発達や生活リズムについて、月齢に合わせて、保健師・栄養士・歯科衛生士が相談します。  
予約方法：市情報センター、インターネットまたは健康推進課へ  
電話にてご予約ください。

---

#### アレルギー相談（予約制）

食アレルギー・アトピー性皮膚炎・小児ぜんそくなどの相談ができます。対 象：0歳から1歳未満のお子さんとその保護者  
相談方法：健康推進課へ電話にてご連絡ください。

---

#### アレルギー相談（予約制）

こすこや ことばの相談 ことばの相談 ことばの相談  
ことばの相談 ことばの相談 ことばの相談

---

#### 子どもの相談室（予約制）

子どものしつけや、ことばの心配など子育てに関する相談ができます。対 象：就学前のお子さんと保護者の方

---

#### 子ども歯科相談室（予約制）

お子さんの年齢に合わせて、お口の健康や歯（歯）予防についてとご相談します。予約方法：市情報センター、電話にてご予約ください。  
「食べ方相談」のみ電話、電話にてご連絡ください。

---

#### 夜間・休日診療のご案内

休日診療（内科3か所・歯科4か所）  
休日夜間急患診療（内科小児科系）  
緊急時の問い合わせ  
救急センター ☎042-521-2323 (24時間常時)  
救急センター ☎7119 (救急隊、FAS、フレッズ)

---

#### 夜間・休日診療のご案内

休日診療（内科3か所・歯科4か所）  
休日夜間急患診療（内科小児科系）  
緊急時の問い合わせ  
救急センター ☎042-521-2323 (24時間常時)  
救急センター ☎7119 (救急隊、FAS、フレッズ)

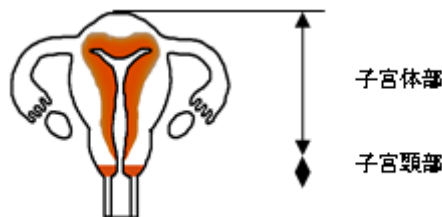
問合せ：調布市福祉健康部健康推進課  
電話 042-441-6100

4月9日は‘しきゅう’の日。「子宮頸がんを予防する日」です。

# ご存じですか？子宮頸がん検診

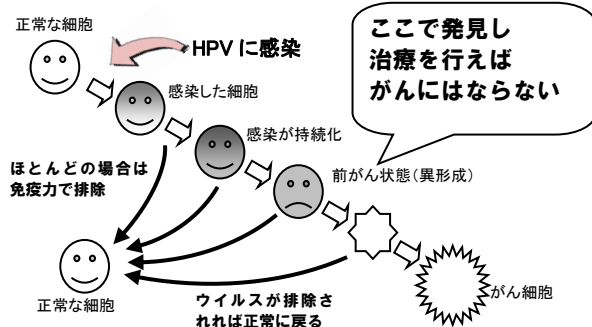
## 子宮頸がんってどんなもの？

子宮頸がんは子宮の入り口近くにてできるがんです。  
早期に発見して治療することで治すことができるがん  
です。  
子宮頸がん検診は、子宮頸がんを早期発見することを目的とし、死亡率を減らすことが証明されている検診です。20歳を過ぎたら2年に1度検診を受けましょう。



## HPVって？

子宮頸がんの原因はHPV（ヒトパピローマウイルス）の感染です。



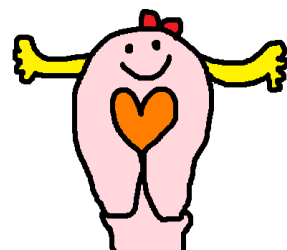
HPV（ヒトパピローマウイルス）は、ありふれたウイルスで、性経験のある女性であれば一度は感染すると言われています。感染してもほとんどが自然に排除されますが、長期化（持続感染）してしまうと、頸がんへ進行する可能性があります。検診では、がんになる前の段階（前がん状態）で発見できます。

出典：今野良 監修：子宮頸がんは100%予防できる 月刊ナーシング.28(7):74-79.2008

## 子宮頸がんは

# 20～30歳代の女性に急増中！！

子宮頸がんの発症のピークは30歳代後半～40歳代です。  
HPV（ヒトパピローマウイルス）の感染率は20歳代で約30%と頻度が高くなっています。  
日本人女性で罹患者が増えています。初期の段階ではほとんどが無症状のため、検診による早期発見が大切です。  
検診を利用してご自身の“からだのチェック”にお役立てください。



調布市子宮頸がん検診推進キャラクター  
きゅうちゃん

**子宮頸がん検診のご案内** 2年に1回検診を受けて、早期発見・早期治療を心がけましょう。

今年度 35・40・45・50・55・60・65歳になられる方 ⇒がん検診の個別通知が届きます。  
20歳以上の上記年齢以外の方⇒申込み制検診で受診できます。8月の市報をご確認ください。