

いきいきいなざわ いなっぴー 健康マイレージ ID1001449

対象は、市内在住の小学生以上の方と市内在勤・在学の方です。チャレンジシートは健康推進課で配布するほか、市のホームページからダウンロードもできます。

さらに取り組みやすく、令和5年度リニューアル!

- ・「MyCaカード」と「抽選券」の獲得に必要なポイントが、100ポイントから50ポイントへ
- ・取り組みに「体重測定」が必須ではなくなりました
- ・家族や友達と一緒に参加ポイントなど、追加予定

チャレンジシートを手に入れスタート!
健康づくりにチャレンジ♪

次の健康づくりに約1カ月以上取り組み、ポイントを貯めましょう!

- ①自分で決めた健康行動目標にチャレンジ…1ポイント
- ②健康診査の受診…5ポイント
- ③健康に関するイベントや教室の参加…5ポイント



▲ MyCa(まいか)カード

50ポイント貯まったら、健康推進課で「MyCaカード」と「抽選券」をもらおう!

- ・MyCaカードを協力店で提示すると、代金の割引や粗品のプレゼントがあります
*協力店は県内に約1,300店あります
- ・抽選券は、令和6年5月開催予定の「いきいきいなざわ健康春フェスタ」景品抽選会で使用できます *1年間で最大3枚まで獲得できるようになりました



各種相談・教室

※全て無料。祝休日を除く

名称	日時	場所	内容	その他
健康相談	水曜、午前9時～11時	保健センター	保健師による相談	母子健康手帳・健康手帳のある方は持参。予約不要
	火曜、午前9時～11時	保健センター-祖父江支所		
食生活相談	随時	保健センター	食生活に関する相談	電話予約が必要
医師健康相談	4月24日(月)、午後1時30分～3時		医師による相談	4月17日(月)までに電話予約が必要

名称	日時	場所	対象	内容
すくすく広場(身体計測の日)	5月10日(水) 午前9時30分～11時	保健センター	市内在住の乳幼児	保護者による身体計測、子育てネットワークによる親子遊び 持母子健康手帳
ママパパ教室	5月27日(土) 午前9時45分～11時30分		妊娠8カ月までの妊婦と家族	妊娠中の生活・栄養・歯科保健・保育の話 定40人(先着) 持母子健康手帳、筆記用具 申4月6日(木)～5月19日(金)に、健康推進課へ
プレママごはん	5月30日(火) 午前9時30分～午後1時		妊婦(配偶者の参加も可)	健康的な食生活に関する講話と調理実習 定20人(先着) 持母子健康手帳、筆記用具 申4月4日(火)～5月23日(火)に、健康推進課へ
離乳食教室	①5月16日(火) 午前10時15分～正午		保健センター-祖父江支所	5～6カ月の子を持つ方
	②5月25日(木) 午前10時15分～正午			

特別の理由による任意予防接種費用の補助

対 次の全てを満たす方

- ①骨髄移植手術やその他の理由により、接種済の定期予防接種の予防効果が期待できないと、抗体検査などにより医師が判断した
- ②再接種を受ける日現在、市に住民登録をしている
- ③接種済の定期予防接種の接種回数と接種間隔が、予防接種実施規則の規定を満たしている
- ④再接種時の年齢が下表の方

他 事前に健康推進課へ申請が必要。詳しくは ID1004000で確認してください

予防接種名	対象年齢
BCG	4歳未満
小児用肺炎球菌	6歳未満
ヒブ(インフルエンザ菌b型)	10歳未満
四種混合(DPT-IPV/ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ)	15歳未満
その他	20歳未満

新生児聴覚検査の一部費用を補助します

対 令和5年4月1日以降に出生した市に住民票のある新生児

- ①令和5年4月1日以降に母子健康手帳の交付を受ける方…妊産婦・乳児健康診査受診票つづりと併せて新生児聴覚検査受診票を交付
- ②出産予定日が令和5年4月1日以降で、令和5年3月31日以前に母子健康手帳の交付を受けた方…新生児聴覚検査受診票を郵送

補助額 上限額5,000円

他 新生児聴覚検査受診票を利用せずに、生後28日以内に自己負担で検査を受けた場合は、一部費用の払い戻しを行います
*医療機関の領収書と明細書が必要。
詳しくは ID1010679 で確認してください



生殖補助医療の医療費(保険適用分)を補助します

一般不妊治療費の補助に加え、体外受精、顕微授精など生殖補助医療の医療費(保険適用分)の自己負担額を補助します。

対 夫または妻が市内在住で、医療機関で不妊治療が必要と認められた夫婦(事実婚関係にある者を含む)

補助額 一般不妊治療費、生殖補助医療費を合わせ、年度の上限額25万円

補助対象 令和5年4月治療分から

他 詳しくは ID1010661で確認してください

中高年の健康教室

ID1004981

時 5月10日～6月14日(水曜・全6回)、午後1時30分～3時40分

場 保健センター

対 市内在住の40歳以上65歳未満で、運動する習慣がない方

定 20人(先着)

内 健康についての講話、健康体操の実技、体力チェック

申 4月5日(水)から、電話で健康推進課へ

個別予防接種

時 4月1日(土)～令和6年3月31日(日)

申 直接医療機関へ

他 実施医療機関・対象など詳しくは、本紙と同時配布の「保健事業案内」または ID1009235で確認してください

いきいきいなざわ健康春フェスタ

ID1004981

時 5月13日(土)、午前10時～午後5時

場 リーフウォーク稲沢(長野七丁目)

●健康チェック

対 市内在住の方

内 体組成測定、骨健康度測定など

●からだのゆがみ度チェック

対 市内在住の20歳以上の方

定 60人(先着。令和4年度秋フェスタで参加した方を除く)

内 筋肉の可動範囲・硬さ、骨盤・肩のずれなどの測定

申 4月7日(金)から、電話で健康推進課へ

