

## 乳幼児

◎3密を防ぐため日程・受付時間を調整し、個別に通知しています。  
◎これまでに健診を受けていない人で、希望する人は保健センターまでご連絡ください。

### 乳児一般健康診査

内容 (対象月齢)	方法	持参するもの
1回目 (3~4カ月)	委託医療機関で 診療時間内に実施	・乳児一般健康診査受診票 ・母子健康手帳
2回目 (9~11カ月)		

乳児一般健康診査受診票は、  
生後2カ月頃に予防接種手帳  
と合わせてお送りします。

### 保健センターで実施する健康相談・健康診査

内容 (対象月齢)	日程	受付時間
5カ月児健康相談 (R4年6月生)	<b>11/29</b> (火)、 <b>30</b> (水)	9:30 ~ 10:30
1歳6カ月児健康診査 (R3年4月生)	<b>11/15</b> (火)、 <b>16</b> (水)、 <b>17</b> (木)	13:20 ~ 14:20
3歳児健康診査 (H31年4月生)	<b>11/ 8</b> (火)、 <b> 9</b> (水)、 <b>10</b> (木)	12:50 ~ 14:00

絵本などが入った「ブックスター  
ト」、型はめパズルが入った「ウッ  
ドスタート」をプレゼント!

### すこやかダイヤル

保健センター ☎ 35-1070・35-1101  
保健師・栄養士・歯科衛生士などが  
健康に関する相談に応じます。

### 子どものむし歯予防教室

内容 (対象月齢)	日程	受付時間・場所	持参するもの
歯科健診・フッ化物塗布 (1歳9カ月~3歳未満)	<b>11/24</b> (木)	13:00 ~ 14:30 保健センター	・母子健康手帳 ・タオル

◎予約制。保健センターに電話で申し込んでください。

### ■こころの相談 (ZOOMでの相談も可)

こころの悩みや不安の相談に①臨床心理士  
②精神科医師が応じます。  
**日** ① **11月17日** (木) 9:30 ~ 11:30  
② **12月9日** (金) 13:30 ~ 15:30  
**定** 2~3組程度 **¥** 無料  
**場・申** 保健センター (要予約)



### ■ウォーキングコースを歩いて完歩賞 GET!

ウォーキングは高血圧改善や骨の強化など体  
に良い効果がたくさんあり、人と関わる機会が  
増えたり交友関係が広がったりすることも期待  
できます。

保健センターでは「ウォーキングMAP」1・  
2を配布しています。MAP 1・2に掲載してい  
る全6コースを歩いた人には完歩賞を贈ります。  
MAP裏面の記録表に必要事項を記入し保健セン  
ターに提出してください。

#### 【MAP配布場所】

保健センター、市役所、  
公民館など

※各コースの道路状況は  
マップ作成時点のもの  
です。状況に応じて安  
全な道を歩きましょう。



MAPのダウン  
ロードはこちら



### ■歯科医師講演会「歯周病と全身のかかわり」

講師：徳善英紀 (十全総合病院歯科口腔外科  
医学博士)  
**日** **11月25日** (金) 13:30 ~ 15:00 (開場 13:00)  
**¥** 無料  
**場・申** 保健センター (要予約)  
※あかがねポイント付与事業 (50pt)

### ■はつらつ健康相談

体組成測定、血圧測定、歯科相談、ベジチェッ  
ク (野菜摂取レベル測定) など  
**日** **11月1日** (火) 13:30 ~ 15:30 (歯科相談併設)、  
**25日** (金) 9:30 ~ 11:30、**12月1日** (木) 13:30 ~  
15:30 **¥** 無料 **場・申** 保健センター (要予約)  
※あかがねポイント付与事業 (50pt)

問い合わせは、保健センター ☎ 35-1070

### 【お詫びと訂正】

10月号22ページの「やさしいヨガレッスン」  
の講師名に誤りがございました。訂正して深  
くお詫び申し上げます。

【誤った内容】 **講師** 村上菜緒子

【正しい内容】 **講師** 村上奈緒子

## 早期発見のため大腸がん検診を受けよう！ 予防キャンペーンを実施します

大腸がんは、女性のがん死亡率トップです。がんは進行した段階で初めて症状が出る場合が多く、早期のがんは自覚症状がほとんどありません。早期発見、早期治療のために、症状がなくても、年に1回検診を受けることが大切です。

早期発見なら、90%以上が完治します。この機会に大腸がん検診を受けましょう！

### 大腸がん検診

便の表面をまんべんなくこすり、専用容器に入れて提出するだけの簡単な検査です。便に潜む血液の有無を調べます。生理中は正確な結果がでにくいいため、終了後に採便してください。

**対** 40歳以上の市民（本年度受けた人は受けられません）

**日** 11月1日(火)～30日(水) 土日祝除く

**場** 保健センター **料** 無料

**申** 11月15日(火)までに保健センターへ申し込み。

問診票と採便容器などが届いたら、2日分の便を取って、問診票と一緒に保健センターに持参してください。

**問** 保健センター ☎ 35-1308

※あかがねポイント付与事業（50pt）

### ■無料クーポン券でがん検診を受けよう

令和4年5月20日時点で本市に住民登録のある下記の生年月日の人を対象に、がん検診無料クーポン券（はがき）を送付しています。使用期限がありますので、早めに受診しましょう。  
※5月20日以降に転入した人はお問い合わせください。

**対**【子宮頸がん検診】平成14年4月2日～平成15年3月31日生

【乳がん検診】昭和57年4月2日～昭和58年3月31日生

**日** 無料クーポン券到着日～令和5年2月28日  
**問** 保健センター ☎ 35-1308

### ■一日人間ドック ～年に1回は受診しましょう～

血液検査、がん検診、腹部エコーほか

**対** 40歳以上（国保被保険者、後期高齢者医療被保険者、その他の保険加入者のうち健診を受ける機会がない人）

※日程についてはお問い合わせください。

**場** 市医師会館 **料** 11,000円

**申** 保健センター（要予約）☎ 35-1070

※あかがねポイント付与事業（100pt）

## 集団健診

要予約

受付時間 ○…8:30-11:00 ●…9:00-11:00 △…9:30-10:30 ★…13:00-14:00

日程	場所	特定健診	肝炎ウイルス	がん						若年者健診	骨粗しょう症
				大腸	胃	肺 X線	前立腺	子宮 (頸部)	乳 マンモ グラフィ		
対象者		40-74歳 国保被保険者	40歳以上 (過去受診者除く)	40歳以上			40歳以上 男性	20歳以上 女性 昨年度受診者除く	40歳以上 女性	18-39歳 男性	18-70歳 女性
自己負担金				無料						500円	
11/9(水)	船木公民館	○	○	○	○	○	○	○	○		
11/16(水)	中萩公民館	○	○	○★	○	○★	○	★	○★		
11/18(金)	保健センター	○	○	○★	○	○★	○	★	○★	○	
11/22(火)		○	○	○★	○	○★	○	★	○★		
11/24(木)	高津公民館	●	●	●★	●	●★	●	★	●★		
11/27(日)	保健センター	○	○	○	○	○	○	△	○		
11/30(水)	神郷公民館	○	○	○	○	○	○		○		
12/2(金)	保健センター	○	○	○★	○	○★	○	★	○★		○
12/9(金)	口屋跡記念公民館	●	●	●	●	●	●		●		●

※申し込みをした人には健診日の約5日前に書類などを送ります。

※がん検診、肝炎ウイルス検診、骨粗しょう症検診は、治療中の人は受診できません。

※あかがねポイント付与事業（100pt/受診）

**申・問** 保健センター☎ 35-1308、国保課☎ 65-1219

集団健診  
WEB予約ページ

