

ンター通信

保健師担当
地区一覧

地 区	保健師
本町・元町・栄原・共立	野 澤
豊津・豊野・新開町・旭浜・陣屋町	對 馬
栗岡・美畑・双葉・大峯・知来・蕨岱・花岡・ 中の沢・南栄町・平里・静狩・温泉町・大町	中 村
富野・大浜・曙町・高砂町・茶屋川・国縫	澤 口

を実施中！



すくすく教室・のびのび広場に集まれ～！

子育ての楽しさや心配ごとなどをお母さん同士で情報交換しませんか？のびのび広場と合同の実施です。

妊婦さんも先輩お母さんの話を聞いたり、赤ちゃんとおふれあう機会としてぜひ遊びにいらしてくださいね。

申し込みの必要はありませんので、当日直接会場へお越しください。

★日 時 8月24日(水) 午前10時～11時30分

★会 場 子育て支援センター（さかえ保育所）

★対 象 生後3ヶ月以降の子と親、妊婦さんも歓迎！

今回のテーマは
「子どもの事故防止」です



こころの相談あります

★日 時 8月18日(木) 午後1時30分～午後3時

★場 所 八雲保健所

精神科医師又は心理相談員が相談対応

◆予約が必要です。（前週の金曜日まで）。

事前に八雲保健所に連絡してください。

（☎0137-63-2168）

◆保健師による電話相談は、随時行っています。

8月の検診

がん検診・肝炎検診・特定健診・健康診査を実施します

がんや生活習慣病は年々増えており、若い世代でも増えています。

病気の変化や発症を早期に見つけるためには、自覚症状がないうちに検診を受けることが不可欠です！

健康で楽しく毎日を送るため、1年に1度は必ず検診を受けましょう！！

★日 時

検 診 日	検診受付時間
8月19日(金)	検診は時間予約制です 午前6時30分～7時30分 午前7時30分～8時30分
8月20日(土)	午前8時30分～9時30分 午前9時30分～10時30分

・受たい検診と、検診日、時間を予約申し込みしてください。

・各時間定員は25名です。

・胃がん検診、特定健診・後期高齢者健診を受ける方は、前日夜8時以降飲食できません。

（朝の薬は飲んでから検診できます）

★会 場 ふれあい健康センター

★対象者と料金・内容

検 診 名	対 象 者	料 金	検査の内容
胃がん検診	40歳以上の町民	1,600円	胃バリウム検査
肺がん検診	40歳以上の町民	400円	胸部レントゲン検査
大腸がん検診	40歳以上の町民	200円	便潜血反応検査
前立腺がん検診	50歳以上の町民	600円	血液検査
肝 炎 検 査	40歳から70歳までの町民で、過去に1度も検査を受けたことがない方	700円	血液検査 (B型とC型 肝炎検査)
特 定 健 診	40歳以上の国保加入者対象者には受診券発行済み	無 料	身長体重測定 腹囲測定 血圧測定 尿検査 血液検査 医師の診察
健 康 診 査	後期高齢者医療受給者 生活保護受給者		

※肝炎検査以外は、年に1度の検診です。

☆胃がん検診・肺がん検診・大腸がん検診・前立腺がん検診で無料クーポン券対象の方はこの機会に是非ご利用ください！（対象者には5月に案内が送付されています）

★申し込み 8月10日(水)まで

9月の検診

子宮がん検診を実施します

◆町内で検診できる年1回の機会です！◆

子宮頸がんは検診で発見しやすく、検診で予防できるがんともいえます。

20歳を過ぎたら検診を受けて健康管理をしましょう。

★対象者 20歳以上の町民の方
2年に1回の検診となりますので、昨年受けていない方が対象です。

★申込み受付 8月22日(月)～9月20日(火)

★検診日 9月26日(月)

★検診受付 午前9時～9時30分

★検診場所 ふれあい健康センター

★検診料金 頸部がん検診 1,600円
体部がん検診 700円
超音波検診 1,000円

- ・生活保護の方は無料です。
- ・超音波検診は50名で定員になりしだい締め切りとなります。

無料クーポン券をお持ちの方は利用できます。
この機会に受けましょう！



小さいお子さんがいる方は
検診の間、スタッフが
対応できます。



健康料理教室

高齢者や高齢者の家族を対象に、介護予防のための料理教室を開催しています。

6月・7月は南栄町婦人部、国縫老人クラブを対象に実施しました。

今年度のテーマは「バランスのよい昼食」です。

ヘルスメイトから調理指導を受けながら、参加者同士協力して作りました。

南栄町婦人部では、うどん作りを体験。生地をこねたり、のばしたり、女性ならではのチームワークで、美味しいうどんができました。

国縫老人クラブでは、男性も参加。ごはんの計量は、もうお手のものです。

出来上がった料理はテーブルを囲んでおしゃべりをしながら試食。身体も心も健康にする楽しいランチタイムになりました。

乳幼児歯科相談・フッ化物塗布

歯科医師による健診・歯科衛生士によるブラッシング指導・フッ化物塗布、保健師・栄養士による生活、食事に関する相談、指導を行っています。上下4本ずつ歯が出てきたらフッ化物を塗布し、むし歯から守りましょう。

★日時 8月25日(木) 午後1時～午後1時30分

★場所 ふれあい健康センター

★持ち物 歯ブラシ・タオル・母子健康手帳

成人の肺炎球菌予防接種のお知らせ

～忘れていませんか？予防接種～

今年度予防接種対象者の方には、4月に案内通知をしています。

接種対象の方は全体で507名ですが、接種されている方は58名（接種率11.4%）となっています。（※6月末）
今まで一度も受けていない方は対象となりますので、改めてご確認ください。

対象年齢 1. 平成28年度中に、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方

※経過措置の平成26年度から30年度までの間は年度ごとに対象となる方は変わります。下記表の方は、平成28年度のみ対象となります。

対象年齢	生年月日
65歳	昭和26年4月2日生～昭和27年4月1日生
70歳	昭和21年4月2日生～昭和22年4月1日生
75歳	昭和16年4月2日生～昭和17年4月1日生
80歳	昭和11年4月2日生～昭和12年4月1日生

対象年齢	生年月日
85歳	昭和6年4月2日生～昭和7年4月1日生
90歳	昭和元年4月2日生～昭和2年4月1日生
95歳	大正10年4月2日生～大正11年4月1日生
100歳	大正5年4月2日生～大正6年4月1日生

2. 60歳以上65歳未満であって、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能が障がいはたはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の障がいがある方

接種方法 成人用23価肺炎球菌ワクチン（ニューモバックス）を1回接種

◎注意：過去に1回でも肺炎球菌（ニューモバックス）の接種を受けた方は対象外となります。

接種費用 自己負担 5,230円（料金8,230円のうち町が3,000円を助成します）

接種医療機関 長万部町立病院