



子宮頸がん検診・乳がん検診のお知らせ

該当の方へは8月下旬に個別で通知しました。今回通知されなかった方でも、昨年度偶数歳で受診されなかった方は、検診を受診することができますので、保健センターへご連絡ください。

■子宮頸がん検診（集団検診）

- ・検診会場 保健センター（申込不要です）
- ・自己負担額 700円

| 実施日 | 対象地区 | 受付時間 |
|----------|--------------|----------|
| 9月15日(木) | 旧町内・福沢・小島 | 午前9時～10時 |
| 9月26日(月) | 鶴沢・大綱木・飯坂・小神 | 午前9時～10時 |
| | 山木屋・福田・小綱木 | 午後1時～2時 |

※検診当日はスカートをご準備ください。

■子宮頸がん検診（施設検診）

個別通知に同封されている医療機関一覧から希望する医療機関に予約して受診してください。

| | |
|--------|-----------------------|
| 自己負担額 | 1,000円 |
| 検診実施期間 | 9月1日(木)～平成29年2月28日(火) |

※生活保護世帯、町民税非課税世帯(平成27年度)の方へは「子宮頸がん施設検診自己負担免除確認証」を発行しますので、受診する前に保健センターへお越しください。

■乳がん検診

個別通知に同封されている「乳がん検診申込書(はがき)」でお申し込みください。

| | |
|---------------|---|
| 検診会場 | 保健センター |
| 受付時間 | 午前9時～9時20分 午後1時～1時20分 |
| 自己負担額 | 30歳代の方：1,200円 40歳代の方：1,500円 50歳以上の方：1,200円 |
| 30歳代の方 日程 | 10月15日(土)、11月10日(木) |
| 40歳以上の方 日程 | 10月：11日(火)、15日(土)、31日(月) 11月：2日(水)、10日(木)、12日(土) 14日(月)、21日(月)、30日(水) 12月2日(金) |

※検診当日はバスタオルをご準備ください。

※各日程に定員があります。申し込みの日が定員を超えている場合、電話で日程変更の連絡をさせていただきます。

※案内通知が届いている方でも、職場等で健診を受ける機会がある方は、そちらでお受けください。

高齢者肺炎球菌予防接種のお知らせ

今年度、次のとおり予防接種費用の助成を行っています。一生に1回の機会ですので、まだ接種を受けていない方は、主治医等と相談のうえ接種してください。

■対象者

今年度65、70、75、80、85、90、100歳の方
※60～64歳で心臓、腎臓、呼吸器の機能に日常生活が極度に制限される程度の障害を有する方、及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方は、医療機関にご相談ください

※案内が届いている方でも、過去に接種を受けたことがある方は対象になりません。

■接種期間 平成29年3月31日(金)まで

■自己負担額 2,400円

■持ち物 5月に郵送しました「高齢者の肺炎球菌感染症」の定期接種について(通知)、予診票、済証

※通知等を紛失された場合は再発行いたしますので、保健センターにお越しください。

自殺予防週間がはじまります

世界自殺予防デー(9月10日)に合わせて、9月10日から16日までは自殺予防週間に設定されています。自殺者数は福島県においても毎年500～600人で推移しており、人口10万対の自殺率は全国平均よりも多い状況です。「一人で我慢しない」「相談する」「身近な人の悩みに気づき声をかけてみる」ことが大切です。

9月と3月は「福島県自殺対策強化月間」です!

結核予防週間は9月24日から

結核は過去の病気ではありません。今でも年間2万人以上が発症し、約2000の方が命を落としているのです。長引く咳、痰がでる、急に体重が減る、身体がだるいといった症状は要注意です。

予防には免疫力を高めることが重要です。不規則な生活や喫煙は厳禁! 睡眠を十分に取って、バランスの良い食事と規則的な生活を心がけましょう。(結核予防会ホームページより)



その咳、結核かもしれませんよ。咳が長引く、痰が出るといふ方は、早めを受診して治療に努めましょう。

保健センター

☎ 保健センター (Tel. 565-2279)

健康チェック日とさわやか体操教室

簡単な体操を音楽や歌にあわせて行います。どの年代の人でも楽しくさわやかにできますので、体力低下の防止にぜひご参加ください。

- 日時 9月2日(金) 午前9時～11時45分
- 内容 身長・体重・体脂肪・肺活量測定、健康相談など

※さわやか体操教室は午前10時～11時15分まで

- 場所 保健センター
- 講師 快フィットネス研究所

健康運動実践指導者 安田涼子先生

※次回の健康チェック日は、10月3日(月)です。

ヘルシーメニュー料理教室

季節の食材を活用し、日常の食生活のひとつ工夫の参考にしたり、料理の幅を広げてみませんか。町民であればどなたでも参加できます。

- 日時 9月30日(金) 午前9時30分～12時30分
- 講師 管理栄養士 渡辺幸子先生
- 定員 20人
- 参加費 500円
- 持参するもの エプロン・三角巾
- 場所 保健センター
- 申込締切

9月23日(金)まで(電話可)

※次回の料理教室は10月27日(木)です。



追加集団検診のお知らせ

6月の集団検診を受診できなかった方を対象に、次のとおり追加集団検診を行います。ぜひ、受診してください。

- 検診会場 保健センター

| 実施日 | 受付時間 |
|---------|----------|
| 9月3日(土) | 午前8時～11時 |
| 9月4日(日) | |

集団検診の結果について

健診の結果により生活習慣病の発症予防と重症化予防を目指し、保健師が皆様のご家庭を訪問したり、健康教室のご案内をします。ご自分のこれからの健康づくりに生かしましょう。

こころの相談会のお知らせ

☎ 福島県精神保健福祉センター (Tel. 535-3556)

対人関係や不登校、ひきこもり、アルコールやギャンブル等の悩みについて、精神科医師による相談を行います。

- 日時 9月8日(木)
- ※予約制のため相談日の3日前までにお問い合わせください。

女性のミカタ健康サポートコール

☎ 県北保健福祉事務所 (Tel. 534-4155)

福島県は、女性の身体や性に関する悩みや不安の相談を受け付けています。

- 専用コール Tel. 024-535-5615
- (平日9時～17時、相談は無料です)

ちびっこカレンダー 9月



会場は保健センターです。
相談・健診の際は「母子健康手帳」をお忘れなく！

| 日・曜 | 事業名 | 受付時間 | 対象(乳幼児) | 内 容 |
|--------|----------------|-------------|-------------------|-----------------------------|
| 6 (火) | 遊びの教室とすくすく育児相談 | 9:30～11:30 | 乳幼児と家族どの月齢でも結構です | 子どもの自由遊び、身体測定・育児相談 |
| 7 (水) | 4歳児歯科健診 | 13:15～14:00 | 24年7月～9月生 | 身体測定・歯科健診・保健指導・歯みがき指導・栄養指導等 |
| 14 (水) | 離乳食教室 | 13:15～14:00 | 28年2月～4月生 | 身体測定・発育の確認・栄養指導・離乳食の作り方 |
| 20 (火) | 3～4か月児健診 | 13:15～14:00 | 28年4月20日～6月20日生 | 身体測定・内科健診・保健指導・ブックスタート等 |
| 20 (火) | 9～10か月児健診 | 13:15～14:00 | 27年10月20日～12月20日生 | 身体測定・内科健診・歯みがき指導・栄養指導・保健指導等 |
| 28 (水) | 遊びの教室とすくすく育児相談 | 9:30～11:30 | 乳幼児と家族どの月齢でも結構です | 子どもの自由遊び、身体測定・育児相談 |