

# 健康の掲示板

弘前市保健センター（健康づくり推進課内、野田2丁目） ☎ 37・3750

## 母子保健

母子健康手帳の持参を。場所は弘前市保健センター（各指定医療機関での個別健診を除く）で、料金は無料です。なお、発熱など体調不良の場合は、次回に受診してください。★は対象者に受診票を送付します。

| 名称        | とき                                | 内容   | 対象          | 申込先                   |
|-----------|-----------------------------------|--|-------------|-----------------------|
| 健乳健康幼児健診の | 4か月児★<br>7か月児★                    | 各指定医療機関での個別健診  |             |                       |
|           | 1歳6か月児                            | 7月25日・26日/受付=午後0時30分～1時15分                           | 平成29年1月生まれ  | 7月2日～20日に、弘前市保健センターへ。 |
|           | 3歳児                               | 7月11日・12日/受付=午後0時30分～1時15分                           | 平成26年12月生まれ |                       |
|           | 1歳児歯科                             | 7月18日・19日/受付=午後0時30分～1時                              | 平成29年7月生まれ  |                       |
| 2歳児歯科★    | 対象=平成28年1月生まれ…各指定歯科医療機関での個別健診     |  |             |                       |
| 離乳食教室     | 7月24日(火)、午後1時～2時30分/受付=午後0時30分～1時 | 離乳食講話/育児相談<br>※母子健康手帳、赤ちゃんに必要なもの(パスタ、おむつ、ミルクなど)の持参を。 | 平成30年2月生まれ  |                       |

**検診** 病気の早期発見、早期治療のために、健(検)診を受診しましょう。年度内で対象になった歳に年1回、下記の料金で受診できます。

| 検診名       | 内容          | 対象・料金など  |
|-----------|-------------|--|
| がん検診      | 胃がん検診       | 胃部エックス線検査<br>40歳以上、1,000円(市の国保加入者は500円)<br>50歳以上(2年に1回偶数歳)<br>※今年度、胃内視鏡検査と胃部エックス線検査の両方を受診することはできませんので、胃内視鏡検査を希望する人は、胃部エックス線検査を受診しないようご注意ください。対象者には7月下旬に受診券を郵送しますので、届き次第、受診券に記載の医療機関へ直接ご予約ください。 |
|           | 大腸がん検診      | 便潜血反応検査<br>40歳以上、500円(市の国保加入者は250円)  |
|           | 肺がん検診       | 胸部エックス線検査<br>40歳以上、400円(市の国保加入者は200円)、問診により喀痰(かくたん)検査あり  |
|           | 子宮がん検診(女性)  | 子宮頸部細胞診<br>20歳以上の女性(2年に1回偶数歳)、700円(市の国保加入者は350円)   |
|           | 乳がん検診(女性)   | マンモグラフィー検査<br>40歳以上の女性(2年に1回偶数歳)、700円(市の国保加入者は350円)  |
|           | 前立腺がん検診(男性) | 血液検査(PSA値測定)<br>50歳以上の男性(2年に1回偶数歳)、500円(市の国保加入者は250円)  |
| その他の健(検)診 | 国保特定健診      | 身体計測、血圧、血中脂質、肝機能、血糖、尿検査など<br>40歳～74歳の国保加入者、無料(生活習慣病の早期発見早期治療に着目した健診、対象者には受診券が送付されます)   |
|           | 後期高齢者健診     | 後期高齢者医療制度加入者、無料(生活習慣病の早期発見早期治療に着目した健診、対象者には受診券が送付されます)   |
|           | 結核検診        | 胸部エックス線検査<br>65歳以上、無料  |
|           | 肝炎ウイルス検診    | 血液検査(HCV抗体検査・HBs抗原検査)<br>40歳以上(B型・C型ウイルス検査や治療を受けたことがない人)、500円  |

※70歳以上の人、生活保護受給世帯の人、住民税非課税世帯の人(世帯全員が非課税)、65歳～69歳で後期高齢者医療制度に加入している人は各種検診料金が無料です。

### ★受診場所

|              |   |
|--------------|---|
| 弘前市医師会健診センター | 胃・大腸・肺・子宮・乳・前立腺がん検診、骨密度検診、結核検診、肝炎ウイルス検診、胃がんリスク検診、国保特定健診、後期高齢者健診が受診できます。☎フリーダイヤル0120・050・489、平日午前8時～午後4時(正午～午後1時を除く)へ。 |
| ヒロロ3階        | 7月13日～11月9日(毎月第2・第4金曜日)※8月10日を除く。特定健診・後期高齢者健診、胃・大腸・肺・前立腺がん検診が受診できます。受診希望日の1週間前までに、健康づくり推進課へ。※定員になり次第締切。               |
| 市内医療機関       | 胃・大腸・子宮・乳・前立腺がん検診、骨密度検診、結核検診、肝炎ウイルス検診、胃がんリスク検診、特定健診、後期高齢者健診は、各医療機関でも受診できます。詳細は「健康と福祉ごよみ」を確認してください。                    |

※市に住民票のある協会けんぽ加入者(被扶養者)は、協会けんぽの特定健診とがん検診等を同時に受診できる場合があります。詳しくは申し込み時に確認を。

| 検診名        | とき   | 対象                                | 料金               | 問い合わせ・申込先   |
|------------|--|-----------------------------------|------------------|---|
| 20歳～39歳の健診 | 7月9日・12日・18日・22日・24日・26日・28日、8月2日・6日<br>※7月26日は託児日(乳幼児10人まで) | 20歳～39歳(職場で生活習慣病に関する健診を受診できる人は除く) | 500円(市の国保加入者は無料) | 受診希望日の1週間前までに、健康づくり推進課へ(次月以降の受診日は、問い合わせを)※それぞれ定員になり次第締め切り。受診場所は医師会健診センター。 |
|            | 身体計測、血圧、血液検査(血中脂質、血糖など)、尿検査など生活習慣病の早期発見、早期治療に着目した健診          |                                   |                  |   |

## 定期予防接種など

**【B型肝炎・ヒブ・小児肺炎球菌・4種混合・不活化ポリオ・BCG・水痘・麻しん風しん混合・日本脳炎・2種混合・子宮頸がん予防ワクチン】**

通年接種です。接種年齢から外れると有料になりますので、体調のよい時に計画的に接種しましょう。

結核は、年間1万7,000人以上の新しい患者が発生しています。抵抗力が弱く重症化しやすい乳幼児には、予防接種が有効です。BCGの対象になっている子どもは、生後5か月を目安に予防接種を受けましょう。

### 【高齢者肺炎球菌感染症の予防接種】

対象者には個別に通知しています。すでに23価肺炎球菌ワクチンの接種を受けた人は対象外です。接種の際には、指定医療機関にお問い合わせの上、送付された予診票を忘れずに持参してください。

▽実施期間 平成31年3月31日まで

▽自己負担 5,000円

※生活保護受給者は無料。

### 【おたふくかぜワクチンの接種費用助成】

おたふくかぜは難聴等の合併症を起こす危険性がありますが、ワクチンを接種することで予防できます。対象者には個別に通知していますので、できるだけ接種しましょう。

### 【風しん抗体検査とワクチン接種費用を全額助成】

▽対象 市内に住所を有し、平成2年4月1日以前に生まれた人で、妊娠を予定している女性と、風しん抗体価が低い妊婦の同居家族  
※過去に風しんにかかったり、助成を受けたことがある場合は対象外。  
※助成希望者は、健康づくり推進課(弘前市保健センター内)で事前の申請が必要。妊婦の同居家族の場合は、申請時に母子健康手帳の持参を。



## おしらせ

### 成人歯科健診

健診は指定の医療機関で各自の都合に合わせて受診できます。対象者には受診券を送付しますので、この機会に受診しましょう。

▽対象 平成31年3月31日までに、30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる人

▽内容 虫歯や歯周病の早期発見、口腔内の清掃状態やかみ合わせなどの健康チェック

▽料金 無料

※健診後の治療費は自己負担。

### 夏休み親子料理教室

▽とき 8月5日(日)、午前10時30分～午後1時

▽ところ ヒロロ(駅前町)3階健康ホール

▽内容 食育講話、親子料理・試食(炊飯器で簡単チキンライス、野菜と豆のしゃかしゃかサラダ、ビスケットヨーグルトケーキ)

▽対象 小学生とその保護者=10組(先着順)

▽参加料 無料

▽持ち物 エプロン、三角巾、はし

▽申し込み方法

7月20日までに、健康づくり推進課(☎37・3750)へ申し込みを。



## 各種相談

### こころの健康相談

本人や家族のこころの悩み、家族を自死で亡くした人の悩みについて、保健師が相談に応じます(無料)。希望する人は事前に電話で弘前市保健センターへ申し込んでください。

▽とき 7月17日(火) 午前9時～11時

▽ところ 弘前市保健センター

▽対象 市民

▽予約受付時間 午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)

※「こころの病気」の治療をしていない人を優先します。現在治療中の人は、まず主治医に相談してください。

### のびのび子ども相談

▽とき 7月30日(月)、午前9時30分～午後3時(受け付けは午後2時まで)

※時間予約制。相談が終わり次第終了。

▽ところ 弘前市保健センター

▽内容 発達相談(ことばが遅い、落ち着きがないなど)

▽対象 市民(1歳以上の幼児とその家族)

▽相談料 無料

▽持ち物 母子健康手帳

▽申し込み方法 7月9日～27日に、健康づくり推進課(☎37・3750)へ申し込みを。

### ヒロロすこやか相談

▽とき 7月23日(月)、午前10時～10時30分

※相談が複数ある人は、早めにおいでください。

▽ところ 駅前こどもの広場(駅前町、ヒロロ3階)

▽内容 育児、母乳、食事や栄養、歯みがきなどの相談

▽対象 0～5歳児の家族

▽相談料 無料

▽持ち物 母子健康手帳、歯の相談希望者は普段使っている歯ブラシ

※事前の申し込みは不要。

### たか丸くんの 卍学クイズの答え

正解は①の「眠り流し」だよ。全国各地に残る「眠り流し」という盆行事が起源となっているんだ。友達や家族に教えられるように覚えておこう!



※問題は10ページに掲載。