

◆乳幼児健診日程◆

	日付・受付時間	会 場	対 象
4 か 月 児 健 診	11月11日(木) 13:15~13:30	市民会館	2021年(令和3年) 6月生まれ
10 か 月 児 健 診	11月11日(木) 13:30~13:45	市民会館	2021年(令和3年) 1月生まれ
3歳6か月児健診	11月25日(木) 13:15~13:30	市民会館	2018年(平成30年) 4月、5月生まれ

※新型コロナウイルス感染拡大予防のため、延期することがあります。
その際は個別に通知します。

- ※ 子どもの体調の悪い場合は延期しましょう。
- ※ 母子健康手帳を忘れずにお持ちください。
- ※ 健診案内時に同封している問診票を事前に記入してお持ちください。



◆年に1回、特定健診を受診しましょう！◆

《巡回型健診日程(11月分)》

受診を希望される方は、**必ずご予約**のうえお越しください。また、当日は**マスク**をご着用ください。

実施日	実施場所 受付時間	特定 健診	胸部 レント ゲン	胃 がん	子宮 がん	大腸 がん	骨密度	乳がん	
								マンモ	超音波
11月20日 (土)	ふれあい交流センター 子宮がん 9:00~11:00 乳がん 個別通知 骨密度 9:00~11:00				○		○	○	○
11月27日 (土)	津久見小学校 9:00~10:00	○	○			○	○		

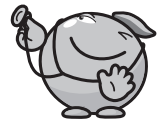
※新型コロナウイルス感染拡大予防のため、延期することがあります。
その際は個別に通知します。

- ※特定健診を受診される方は、必ず、**受診券・保険証**をお持ちください。
- ※特定健診・胃がん検診を受診される方は、前日の夜9時以降、検診日の朝を含め何も食べられませんが、検査2時間前までは、コップ2杯程度の水は飲んでも構いません。疾患による薬の服用は、検査の2時間前までに水または白湯で済ませてください。たばこも吸わないでください。
- ※乳がん検診を受診する方は、バスタオルを持参下さい。
- ※11月27日(土)の津久見小学校で健診(検診)を受診する方は、スリッパを持参下さい。
- ※**子宮がん検診クーポン**(対象：平成12年4月2日~平成13年4月1日生まれ的女性)、**乳がん検診クーポン**(対象：昭和55年4月2日~昭和56年4月1日生まれ的女性)、**大腸がん検診クーポン**(対象：昭和55年4月2日~昭和56年4月1日生まれの男性・女性)、**ピロリ菌検査クーポン**(対象：昭和55年4月2日~昭和56年4月1日生まれの男性・女性)をお持ちの方は、クーポンの使用ができます。
- 対象年齢や個人負担金・注意事項に関しては、健康推進課までお問い合わせください。

●問い合わせ先 / 健康推進課 ☎82-9523

保 健 だ よ り

-No.301-



◆MRワクチン予防接種◆

麻疹は感染力が非常に強く、麻疹患者の1,000人に1人の割合で脳炎を発症します。しかしワクチンを接種することによって、95%以上の方が麻疹ウイルスに対する免疫を獲得することができると言われています。
新型コロナウイルスの感染状況も今後の予測ができません。第2期対象の方で、まだ接種していない方は早めに接種しましょう。
※予防接種は不要不急ではありません！

【対 象】

- 第1期：1歳以上2歳未満
- 第2期：平成27年4月2日
~平成28年4月1日生まれ
(第2期は、令和4年3月末まで接種できます)

※対象期間を過ぎて接種する場合、1万円前後の自己負担が必要となります。接種忘れのないようご注意ください。
※母子手帳で接種回数を確認して予防接種をしましょう。接種回数、接種方法等が分からない場合は健康推進課までお問合せください。

◆11月8日~11月14日は「全国糖尿病週間」です◆

11月14日は、IDF(国際糖尿病連合)とWHO(世界保健機関)により世界糖尿病デーと制定しています。日本では、世界糖尿病デーの11月14日を含む1週間を日本糖尿病協会などが全国糖尿病週間と定めています。
糖尿病は、生活習慣と社会環境の変化に伴って急速に増加しており、平成28年(2016)国民健康・栄養調査では、糖尿病有病者と糖尿病予備群は、いずれも約1,000万人と推計されています。
また、放置すると神経障害・網膜症・腎症などの合併症を引き起こし、末期には失明したり透析治療が必要となることがあります。
自分の血糖コントロール状態(HbA1c)を知っていますか？まだ健診を受診していない方はこの機会に受診しましょう。

◆無料「歯周病検診」はお済みですか？◆

津久見市では、歯の喪失と生活習慣病の悪化を防ぐために、無料「歯周病検診」を実施しています。対象の方には6月にご案内の通知を郵送しています(通知を紛失した方でも年齢確認で受けることができます)。
この機会に検診を受けて、お口の中から健康を目指しましょう！
【対象者】
今年度(令和3年4月2日~令和4年4月1日)40歳、50歳、60歳、70歳になる方
※誕生日を迎える前でも、期間中であれば1回限り実施できます。
※受ける前には、必ず事前に電話等で予約をしましょう。
【有効期限】
令和4年2月28日まで
【持っていくもの】
住所と年齢の確認できるもの(保険証や免許証等)

◆献血のお礼◆

10月5日(火)に津久見市役所で実施した津久見ライオンズクラブ主催の献血に97名の方のご協力をいただきました。
次回も、引き続き多くの方の献血のご協力をよろしくお願いいたします。



◆11月8日は「いい歯の日」です◆

11月8日は、いい歯(は)と読み取れることから、語呂合わせで「いい歯」の日と日本歯科医師会が設定しています。
食事や会話を楽しむなど、いつまでも豊かな人生を送るためにも日頃からの歯のお手入れでいい歯を保ちましょう。

