

今月の乳幼児健診のお知らせ

	日付・受付時間	会場	対 象
4 か月児健診	10月5日(木) 13:15～13:30	市民会館	2023年(令和5年) 5月生まれ
10か月児健診	10月5日(木) 13:30～13:45	市民会館	2022年(令和4年) 12月生まれ
1歳6か月児健診	10月12日(木) 13:15～13:30	市民会館	2022年(令和4年) 3・4月生まれ
5歳児健診	10月19日(木) 13:15～13:30	市民会館	2018年(平成30年) 8・9月生まれ

- ◎子どもさん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。



年に一度の健康習慣！特定健診(健康診査)・がん検診

◇巡回型特定健診・がん検診について

地区公民館や小学校等、いろいろな地区に検診車が行く健診のことです。
 実施場所によって受診可能な検診項目が異なりますので、ご確認の上、
 お越しください。

年間の日程は、
 別途配布の
「健康サポートブック」
 をご覧ください。

≪巡回型健診日程(10～11月分)≫

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
10月15日(日)	太平洋セメント体育館 8:30～10:00	○	○	○	○	○	○	○	○
11月 5日(日)	津久見市民会館 9:00～10:30	○	○	○	○	○	○	○	○
11月25日(土)	津久見小学校 9:00～10:00	○	○			○	○		

⚠ 健診(検診)受診にあたっての注意事項 ⚠

※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。
 ※乳がん検診は、事前に予約が必要です。

- マンモグラフィ検査：2024年4月1日に40歳以上の**偶数年齢**の方及び無料がんクーポン券対象の方。
 希望により超音波検査に変更可能。
- 超 音 波 検 査：2023年4月2日～2024年4月1日の間に30歳代、または40歳以上の**奇数年齢**に
 なる方。マンモグラフィ検査への変更はできません。

※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、検査日の朝を含め何も食べられません、
 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。

●対象年齢や個人負担金・注意事項に関しては、「健康サポートブック」をご参照いただくか、健康推進課ま
 でお問い合わせください。

問い合わせ／健康推進課 ☎0972-82-9523

保健だより -No.324-



「50日チャレンジ! Let's健康☆つくみんウォーク」を開催します!

10月9日(スポーツの日)から11月27日までの50日間、つくみんウォークを開催します。

参加条件 令和5年4月1日現在において満18歳以上の方
 ※市外に住所がある方は、市民1人以上が所属する津久見市内の事業所のグループへの参加は可能。

参加方法 個人参加 またはグループ参加

実施方法 大分県健康アプリ『おおいた歩得』または歩数計
 ※『おおいた歩得』で参加した方には**ミッションポイントを付与します。**
 ※歩数計をお持ちでない方には、市が歩数計を貸与します。



特 典

- 参加者**全員**
もれなく
特典あり!!
- 基準歩数を満たした方は
最大**2,000円**分の
商品券がもらえる!
- グループ全員が
基準歩数を満たしたグループは
抽選で最大**30,000円**分の
商品券が当たる!

参加申込 10月31日(火)まで
 申込みを受け付けます。
Web申込みはこちらから⇒



※詳細は、市報と一緒に配布した
 「つくみんウォークのカード」をご覧ください。

インフルエンザ予防接種一部助成について

疾病の感染予防、症状の軽減および重症化の防止を図ることを目的に、令和5年10月1日
 からインフルエンザの予防接種に対する助成を行います。

- ◆接種期間◆ 令和5年10月1日～令和6年1月31日
- ◆対 象 者◆ 津久見市に住所がある方で、次のいずれかに該当する方



対 象 者	接種回数 (助成回数)	自己負担額	準備するもの
①接種時に65歳以上の方	1回	1,500円 ※生活保護受給者につい ては全額助成	健康保険証または生 活保護受給証明証 ②に該当する方は障 害者手帳
②接種時に60歳以上65歳未満の方で、 心臓・腎臓または呼吸器に障がいがあり、 自己の身の辺の日常生活活動に障がい(障 害者手帳1級)がある方			
③生後6月～13歳未満	2回	接種費用額から 1,000円助成した額	母子健康手帳
④13歳以上～中学生	1回		

◆実施医療機関◆

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
秋岡医院	82-2617	小宅医院	82-2015	つくみクリニック	85-0055
池邊整形外科	82-3588	金田医院	82-2881	姫野胃腸科クリニック	85-0369
大石医院	82-2014	小手川内科クリニック	84-9221	深江医院	82-2348
小田クリニック	82-0280	後藤医院	82-3200	保戸島診療所	87-2320

※実施医療機関に必ず事前予約し、予診票等にご記入の上接種してください。

※①、②に該当する方のみ市外の契約医療機関でも接種することができます。