

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	12月7日(木) 13:15～13:30	市民会館	2023年(令和5年) 7月生まれ
10か月児健診	12月7日(木) 13:30～13:45	市民会館	2023年(令和5年) 2月生まれ
1歳6か月児健診	12月14日(木) 13:15～13:30	市民会館	2022年(令和4年) 5・6月生まれ
5歳児健診	12月21日(木) 13:15～13:30	市民会館	2018年(平成30年) 10・11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。

《巡回型健診日程(12～1月分)》

※WEBでのご予約、可能です



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
12月 2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				○		○	○	○
1月21日(日)	津久見市民会館 9:00～10:30	○	○	○	○	○	○	○	○

□市民健康管理センターについて

3月までのご予約は12月25日で受付終了します。ご希望の方はお早めにご予約ください。

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が、検査2時間前までは、コップ2杯程度の水は飲んで構いません。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.326-



来年度(R6年度)からは助成の対象が縮小されます!! 肺炎球菌ワクチンの接種はお早めに

高齢者肺炎球菌ワクチンについて、今までこのワクチンを接種したことがない方を対象に、1人1回、定期接種の機会を設けています。

対象となる年度(令和5年4月1日～令和6年3月31日)においてのみ、自己負担額3,500円(生活保護受給者については全額助成)で接種することができます。下記対象に該当し接種を希望する方は、接種歴を確認のうえ受けるようにしましょう。誕生日を迎える前でも年度中であれば受けることができます。



令和6年度より65歳となる方のみ定期接種の対象となる予定です。
今年度対象の方はこの機会に接種することをおすすめします。

【令和5年度の定期接種対象者】

- 今までにこのワクチンを接種したことがない方(自費接種の場合も対象外です)
- 令和5年度中(2024年4月1日まで)に以下の年齢になる方

65歳：昭和33年4月2日～昭和34年4月1日生まれの方
70歳：昭和28年4月2日～昭和29年4月1日生まれの方
75歳：昭和23年4月2日～昭和24年4月1日生まれの方
80歳：昭和18年4月2日～昭和19年4月1日生まれの方
85歳：昭和13年4月2日～昭和14年4月1日生まれの方
90歳：昭和 8年4月2日～昭和 9年4月1日生まれの方
95歳：昭和 3年4月2日～昭和 4年4月1日生まれの方
100歳：大正12年4月2日～大正13年4月1日生まれの方

※1) 60歳以上65歳未満の者であって、心臓、腎臓、若しくは呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがある方も対象です(身体障害者手帳1級相当)

【注意事項】

- ・健康保険証または生活保護受給証明書(※1に該当する方は身体障害者手帳)を持参し、医療機関の窓口に提示してください。
- ・ワクチンの関係等もありますので、事前に医療機関へ電話予約してください。

40歳・50歳・60歳・70歳の皆様へ、大事なお知らせ 無料で歯周病検診が受けられるのは、2月29日までです



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、「歯周病検診」を無料で実施しています。この機会にぜひ検診を受けて、お口の健康を目指しましょう！

対 象 者 今年度(令和5年4月1日～令和6年3月31日)に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。

有効期限 令和6年2月29日まで

持っていくもの 住所と年齢を確認できるもの(保険証や運転免許証等)



歯周病検診、どうして大切な？

歯を失う原因の8割が「歯周病」です！

歯の本数が少ないと、食べられる食品の幅が狭まり、栄養バランスの悪化にもつながります。歯周病検診はもちろん、かかりつけの歯医者さんを見つけて、定期的に通う習慣を♪