

子宮頸がん(HPV)ワクチンの接種はお済みですか？

下記の対象者で令和４年度～令和６年度に子宮頸がんワクチンを１回以上接種している方の公費による無料接種期限は令和８年３月３１日までです。

- 対象者**
- 平成９年度～平成１９年度生まれの女性
 - 平成２０年度生まれの女性
- ※母子健康手帳の予防接種履歴をご確認ください。
接種状況が確認できない場合は、健康推進課までお問合せください。

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	２月５日(木) １３：１５～１３：３０	市民会館	２０２５年(令和７年)９月生まれ
１０か月児健診	２月５日(木) １３：３０～１３：４５	市民会館	２０２５年(令和７年)４月生まれ
１歳６か月児健診	２月１２日(木) １３：１５～１３：３０	市民会館	２０２４年(令和６年)７・８月生まれ
５歳児健診	２月１９日(木) １３：１５～１３：３０	市民会館	２０２０年(令和２年)１２月生まれ ２０２１年(令和３年)１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。



毎年の健康習慣！特定健診は3月31日までに受けましょう！

令和７年度の特定健診・がん検診は、**令和８年３月３１日まで**です。
巡回型健診は終了しましたが、**市内外の医療機関や健診センター(別府市)で受診することができます**。受ける機会を逃した方は、早めに予約しましょう！

- 【市内指定医療機関】・・・ご予約は**直接、医療機関**にお願いします。
市外の指定医療機関については健康推進課までお問い合わせください。
【施設型健診】・・・ご予約は健康推進課にお願いします。
●大分県厚生連健康管理センター(別府市):特定健診と同時に、がん検診を受けることができます。
送迎希望の場合は令和８年２月９日(月)のみ対応可能です。
※津久見市医師会市民健康管理センターは年度内の受付を終了しました。

『つくみんウォーク』へのご参加ありがとうございました！

健康づくりの一環として、令和７年１０月１３日～１２月１日の５０日間で『５０日チャレンジ！Let's健康☆つくみんウォーク』を実施しました。現在、結果を集計中です。３月市報でお知らせします。



抽選は、２月中に実施予定です。
参加特典・ミッション特典の準備ができ次第、代表者に通知書を郵送します。

問い合わせ／健康推進課 ☎0972-82-9523

保健だより-No.352-



20歳・30歳・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28日までです **要予約**

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７年４月１日～令和８年３月３１日）に
20歳、30歳、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８年２月２８日**まで

持っていくもの 住所と年齢を確認できるもの（マイナ保険証や運転免許証等）



歯周病検診、どうして大切なの？

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♪

がん検診無料クーポン券をご活用ください

がん検診無料クーポン券の対象の方(下表参照)には、令和７年６月に無料クーポン券(A４サイズ)を郵送しています(クーポン券を紛失した場合は再発行できます)。
がんは、早期に発見し、治療を開始すれば、ほぼ１００％治癒するといわれています。
まだ受診していない方は、是非この機会に受診しましょう。
なお、職場などの事業主検診を予定されている方は、事業主検診を優先に受診してください。

項目		年度年齢	生年月日
子宮頸がん(子宮頸部の細胞検査)	女性	21	平成16年4月2日～平成17年4月1日
乳がん(マンモグラフィ検査)	女性	41	昭和59年4月2日～昭和60年4月1日
大腸がん(便潜血検査)	男性・女性		
ピロリ菌(血液検査)※			

※成人の場合、ピロリ菌検査は一度受ければ良いとされているため、過去に検査された方は再度受ける必要はありません。

「MR(麻しん・風しん)ワクチン」の接種はお済みですか？

感染力が非常に強い麻しんは空気を介して人から人へうつるため、手洗いやマスクだけでは予防できません。麻しん患者の1,000人に２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％以上の方が麻しんウイルスに対する免疫を獲得できると言われています。２回接種することで抗体価が上昇します。

第１期対象者 １歳以上２歳未満（**２歳の誕生日の前日まで無料**）

第２期対象者 平成３１年４月２日～令和２年４月１日生まれ（**令和８年３月末まで無料**）

※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。