

今月の乳幼児健診のお知らせ

	日付・受付時間	会場	対象
4 か月健診	9月3日(木) 個別通知	市民会館	2026年(令和8年) 3月下旬・4月生まれ
10 か月健診			2025年(令和7年) 10・11月生まれ
3歳6か月児健診	9月17日(木) 13:15～13:30	市民会館	2023年(令和5年)3・4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。



健康は「健診」から ～年に一度、必ず受けましょう～

令和8年度の特定健診(健康診査)・がん検診の申込みが、パソコンやスマートフォン等からWebで予約できます。
右記の二次元コードをご確認ください。

《巡回型健診日程(9・10・11月分)》

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。

実施日	実施場所 受付時間	特定 健診	結核・ 肺がん	胃 がん	子宮 がん	大腸 がん	骨密度	乳がん	
								マンモ	超音波
9月11日(金)	津久見市民会館 9:00～10:30	○	○	○	○	○	○	○	○
10月4日(日)	津久見市民会館 9:00～10:30	○	○	○	○	○	○	○	○
11月15日(日)	津久見市民会館 9:00～10:30	○	○	○	○	○	○	○	○



特定健診を予約し、専用容器を受け取られた方は、尿中塩分検査を無料で受けることができます。
ぜひ、この機会にご利用ください。

Web予約は
こちらから⇒
24時間受付中！
※健診実施日の3日前まで



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・マイナ保険証(もしくは資格確認書)**をお持ちください。
(マイナ保険証とは、保険証登録をおこなったマイナンバーカードを指します。)

※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：2027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：2026年4月2日～2027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。

※結核検診は、65歳以上の方へ感染症法により義務付けられています。

※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、下記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.359-



TJK大作戦(津久見市事業所健康づくり大作戦)の 参加事業所を募集しています！

津久見市では働き盛り世代の方がイキイキと元気に働き続けられるために「事業所ぐるみの健康づくり」を応援しています。

令和7年度は31事業所がTJK大作戦に参加し、『全員で参加することで職場に一体感が生まれ、業務への相乗効果も感じる事ができた』、『健康意識が高まった』、『(県)健康経営認定事業所の項目を満たす事ができた』などの感想がありました。

令和8年度の**参加申込期限は9月末**となります。

興味のある事業所様はお気軽に健康推進課へご連絡ください。二次元コードからも参加表明書を提出できます。

【TJK大作戦の流れ】

- 9月末まで：市に参加表明書を提出
- 9月～12月：事業所で定めた『健康づくり』に取り組む。
- 1月：市に取り組み報告書を提出
- 2月：参加事業所同士での意見交換会

二次元コードはこちら↓



9月10日～16日は「自殺予防週間」です。



～その心の声を、聴かせてください～

匿名でも大丈夫です。うまく話せなくても大丈夫です。
あなたの誰にも話せない思い、抱えている気持ちを聴かせてください。
心がもやもやしたり、ざわついたら、
電話やSNSで気軽に相談できます。



相談窓口はこちら



まもろうよこころ

検索



いのち
支える

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

長引く咳は“結核”かも…9月24日～9月30日は結核予防週間です！

▽結核は、「昔の病気」ではありません！

結核は今でも、全国で年間1万人以上が発病している、依然として人々の健康を脅かす感染症です。

大分県でも令和6年には116人の方が結核と診断されています。

※早期発見し、きちんと薬を飲めば、治る病気です。

※すべての結核患者が、他人にうつす可能性があるわけではありません。

▽早期発見が大事です。こんな時は早めに医療機関を受診しましょう！

- ・2週間以上続く咳や痰、微熱、からだのだるさ、食欲がない、体重が減った、寝汗をかく

結核を予防する
3つの行動！

- ①気になる症状がある時はすぐに受診
- ②日々の健康管理をしっかりと
- ③定期健康診断(肺のX線検査等)は毎年受ける

大分県中部保健所 地域保健課 TEL 0972-62-9171