

健康だより

記載なしは原則圏保健医療センター ☎77・1133

※記事中の「保存版あやせ健康だより」は3月に全戸配布しています。届いていないときは保健医療センターへ

あやせ24時間健康相談 医師や保健師などが、心や体の健康相談に24時間応じます。フリーダイヤル ☎0120・1192・61。

■乳幼児健診と健康相談

▶場所 保健医療センター（記載のあるものを除く）

区分	月日	受付時間	対象など
8～10カ月児健診	生後8～11カ月未満。場所は委託医療機関（市ホームページに一覧あり）		
4～5カ月児健診	6月11日(木)	13:00～13:20	27年1月生まれ 個別通知あり
	6月25日(木)		
1歳6カ月児健診	6月4日(木)	13:00～14:00	25年11月生まれ 25年12月生まれ
	7月2日(木)		
2歳児歯科健診	6月25日(木)	9:00～9:30	25年6月生まれ 25年7月生まれ 個別通知あり
	7月9日(木)		
3歳6カ月児健診	6月18日(木)	13:00～14:00	23年11月生まれ 23年12月生まれ
	7月16日(木)		
1歳児歯科育児相談	6月5日(金)	9:00～9:20	26年5月生まれ 26年6月生まれ 母子健康手帳・歯ブラシ持参
	7月3日(金)		
子ども健康相談	6月2日(火)	9:30～11:00	育児相談を希望の方 予約制、母子健康手帳持参
	6月17日(水)		

■胃がんなど5検診が指定医療機関で受診可に

6月～来年3月、胃・大腸・肺・乳・子宮がんの各検診が指定医療機関（保存版あやせ健康だより参照）で受診できます。市民税非課税・生活保護世帯の方などは負担金が免除になるので、詳しくは同だよりを見てください。

検診項目	対象者	負担金	内容	受診方法
胃がん		3000円	バリウム検査 (X線撮影)	直接指定医療機関に予約
大腸がん	来年3月31日現在 40歳以上	700円	便潜血検査 (検便)	・直接指定医療機関に予約 ・予約後に医療機関所定の検便容器で採便し、後日医療機関に提出
肺がん		900円 (喀痰検査は別途1800円)	胸部X線検査 (問診で喀痰検査を実施する場合あり)	
乳がん	30歳以上の女性	900円	超音波(エコー)検査	受診希望日の10日前までに保健医療センターへ申し込み
	40歳以上の女性	2400円	視触診と乳房X線検査 (マンモグラフィー2方向)	
	50歳以上の女性	1900円	視触診と乳房X線検査 (マンモグラフィー1方向)	
子宮がん	20歳以上の女性	1800円 (子宮体部検査は別途900円)	子宮頸部細胞診 (問診で子宮体部検査を実施する場合あり)	

▶留意▷4月～来年3月に1回の受診です▷子宮がん検診と40歳以上の方の乳がん検診は2年に一度の検診です。偶数年齢の方が対象となりますが、偶数年齢以外で前年度未検診の方も受診が可能です

【6月から胃がんリスク検診 (ABC検診) 実施】

血液を採取し、胃炎の有無とピロリ菌感染の有無を調べる検査を組み合わせ、胃がん発症の危険度を4区分に分類する検査です (がんを見つける検査ではありません)。対象者には、5月下旬に受診券などを郵送しています。同じ年度内に、胃がん検診 (バリウム検査) と胃がんリスク検診の両方を受診することはできません。

■6月から高齢者肺炎球菌予防接種を実施

▶接種期間 来年3月31日まで▶場所 委託医療機関 (市内は保存版あやせ健康だより参照。座間・海老名・大和市の医療機関でも接種可)▶対象 市内在住で次のいずれかに該当する方①今年度に65歳以上になる (昭和26年4月1日以前生まれ) ②接種日に満60歳以上65歳未満で、ヒト免疫不全によるほか、心臓やじん臓、呼吸器に重い病気があり、身体障害者手帳1級程度に相当 (同手帳の写しか医師の診断書が必要)▶費用 3000円 (生活保護・市民税非課税世帯の方などは負担金が免除されるので、詳しくは同だより参照)▶注意▷2回目の接種は1回目から5年以上の間隔が必要▷接種する時期はかかりつけ医に要相談▶圏 保健医療センターに電話か直接

■胃がん・大腸がん・肺がん検診

7月4日(土)・14日(火)・25日(土)保健医療センター。市内在住で来年3月31日現在40歳以上の方対象。受診票など持参 (検診日の1週間前までに受診開始時間の通知と併せて郵送)。圏4日の検診は6月2日～23日、14日の検診は6月5日～26日、25日の検診は6月15日～7月6日のいずれも8時30分から同センター ☎77・1133、77・1111 (検診申し込みの旨を伝えてください) か直接 (申込順)。70歳以上の方、生活保護・市民税非課税世帯の方などは負担金が免除されるので、詳しくは保存版あやせ健康だよりを見てください。

コース	A 胃・大腸・肺	B 胃・大腸	C 胃	D 大腸	E 肺
定員	50人	30人	30人	40人	35人
負担金	2200円	1600円	1100円	500円	600円
受診開始時間	男性①8:30から②9:00から 女性①9:00から②10:00から③10:30から				

※申し込み開始日は電話がつながりにくいことがあります ※大腸がん検診は生理中の受診ができません ※各項目につき4月～来年3月に1回の受診です

■乳がん・子宮がん検診

7月21日(火)保健医療センター。市内在住の女性対象 (詳細は下表参照)。受診票など持参 (検診日の1週間前までに郵送)。圏6月10日～7月1日の8時30分から同センター ☎77・1133、77・1111 (検診申し込みの旨を伝えてください) か直接 (申込順)。70歳以上の方、生活保護・市民税非課税世帯の方などは負担金が免除されるので、詳しくは保存版あやせ健康だよりを見てください。

コース	受付時間	定員	負担金	対象者年齢	
乳がん	①9:00 ②10:30 ③13:00 ④14:30	A 乳エコー (超音波)	40人	900円	来年3月31日現在 偶数年齢 30歳～39歳 40歳～49歳 50歳以上
		B 視触診とマンモグラフィー2方向	25人	2400円	
		C 視触診とマンモグラフィー1方向	25人	1900円	
D 子宮がん (器具挿入の細胞診)	①9:30 ②13:30	100人	900円	20歳以上	
E 乳エコー (A) + 子宮がん (D)		40人	1800円	30歳～39歳	
宮乳がん併用子	①9:00 ②10:30 ③13:00 ④14:30	F 乳がん (B) + 子宮がん (D)	25人	3300円	40歳～49歳
		G 乳がん (C) + 子宮がん (D)	25人	2800円	50歳以上

※申し込み開始日は電話がつながりにくいことがあります ※マンモグラフィーは授乳中や生理前1週間～生理終了は受診できないほか、断乳後約6カ月は受診できない場合があります ※乳がん検診は、ペースメーカー使用者や乳房内に注入物がある方は受診できません ※各項目につき4月～来年3月に1回の受診です ※検診車での検診時のみ未就学児対象の保育があります (要事前相談)

■19歳以上の麻しん風しん混合予防接種を延長

今年3月までとしていた19歳以上の風しん対策の実施を、来年3月まで延長します。

▶場所 市内委託医療機関 (保存版あやせ健康だより参照)▶回数 1回▶対象▷過去に風しんにかかっていない方▷風しんの含まれるワクチン接種を2回行っていない方▷風しんの抗体価が低い方のうち、市内在住で次のいずれかに該当する場合①接種当日19歳以上で妊娠を予定か希望している女性②妊娠している女性の夫で接種当日19歳以上▶持ち物▷保険証▷出生予定の子どもの母子健康手帳 (妊娠している女性の夫のみ)▶費用 3000円 (生活保護・市民税非課税世帯の方などは費用が免除されるので、詳しくは同だより参照)▶注意▷妊娠している女性の予防接種は不可▷女性が接種した場合、接種後2カ月間の妊娠は要回避

■離乳食カミカミ教室

6月26日(金)10時～11時30分、保健医療センター。離乳食の話と試食、身体測定。講師は管理栄養士、保健師。9～12カ月児の保護者対象。母子健康手帳持参。定員20人 (申込順)。圏6月3日から同センター。

■献血に協力を

6月18日(木)10時～12時・13時～16時、市役所公用車駐車場。病気やけがなどで輸血が必要な患者のために、400ml献血に協力してください。

■6月は食育月間

食育とは、食料の生産方法や調理方法、栄養バランスの良い食事の取り方、食品の選び方、食事のマナーや食文化など、さまざまな視点から食について学ぶことをいいます。健やかな心を養い、体を育む食生活について、改めて考えてみませんか。

■狂犬病予防注射月間

4～6月は狂犬病予防注射月間です。注射が済んでいない方は、動物病院で接種してください。