

健康だより

記載なしは原則圖保健医療センター☎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か月児健診	生後8～11か月未満。場所は委託医療機関(市ホームページに一覧あり)		
4～5か月児健診	5月11日(水)	13:00～13:20	27年12月生まれ
	5月26日(木)		
1歳6か月児健診	5月12日(木)	13:00～14:00	26年10月生まれ 26年11月生まれ
	6月2日(木)		
2歳児歯科健診	5月26日(木)	9:00～9:30	26年5月生まれ 26年6月生まれ
	6月23日(木)		
3歳6か月児健診	5月19日(木)	13:00～14:00	24年10月生まれ 24年11月生まれ
	6月16日(木)		
1歳児歯科育児相談	5月13日(金)	9:00～9:20	27年4月生まれ 27年5月生まれ
	6月3日(金)		
子ども健康相談	5月10日(火)	9:30～11:00	育児相談を希望の方
	5月25日(水)		

■胃・大腸・肺・乳・子宮がん検診 5つの検診を同時に受診できます

6月25日(土)8時30分～14時受け付け、保健医療センター。市内在住の方対象（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、受診開始時間の通知と併せて郵送）。☎5月11日～6日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。

項目	定員	負担金	対象者(①年齢②性別)
A 胃・大腸・肺・子宮・乳	50人	5500円	①40～49歳の偶数年齢 ②女性
		5000円	①50歳以上の偶数年齢 ②女性
B 胃・大腸・肺	35人	2200円	来 年 3 月 3 1 日 現 在
C 胃	15人	1100円	
D 大腸	30人	500円	
E 肺	15人	600円	
F 子宮(器具挿入の細胞診)	50人	900円	
G 乳	30人	2400円	①40～49歳で偶数年齢 ②女性
		1900円	①50歳以上で偶数年齢 ②女性
H 乳エコー(超音波)	40人	900円	①30～39歳②女性

※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 ※マンモグラフィは、授乳中、生理前1週間～生理終了に受診できないほか、断乳後約6か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、乳房内に注入物がある方の受診ができません ※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月の間に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)

■肝炎ウイルス検査・前立腺がん検診

特定健康診査の追加項目として、肝炎ウイルス検査と前立腺がん検診を実施しています。社会保険などの被保険者と被扶養者が、保険者の行う特定健康診査で2つの検診を受診できないときは、単独で受けることができます。▶期間 来年3月31日まで▶場所 委託医療機関(保存版あやせ健康だより参照)▶対象▷肝炎ウイルス検査 40歳の方▷前立腺がん 50歳以上で男性の方▶費用 70歳以上の方は無料。70歳未満は肝炎ウイルス検査600～1200円(項目により額相違)、前立腺がん検診1000円。生活保護・市民税非課税世帯の方は負担金を免除するので、詳しくは保存版あやせ健康だよりを見てください▶持ち物 保険証▶その他 肝炎ウイルス検査は、国の受診率向上計画の一環として、40歳から5歳ごとで65歳までの方へ、5月下旬に受診勧奨通知を送付します。受けたことがない方は、同封の受診券により無料で受診できます

■健康度見える化コーナー操作教室・相談会

5月10日(火)13時30分～15時、20日(金)・31日(火)10時～11時30分、保健医療センター。骨健康度・血管年齢・体組成計などの健康状態を測定できる同コーナー機器の使い方と結果の見方などの説明。定員30人(申込順)。☎5月2日から同センター。

■乳がん・子宮がん検診

6月28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)。☎5月13日～6月3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	対象年齢(来年3月31日現在)		
乳がん	①9時②10時30分 ③13時④14時30分	A 乳エコー(超音波)	40人	900円	30～39歳	
		B 視触診とマンモグラフィ2方向	25人	2400円	40～49歳	
		C 視触診とマンモグラフィ1方向	25人	1900円	50歳以上	
D 子宮がん(器具挿入の細胞診)	①9時30分 ②13時30分	100人	900円	偶 数 年 齢		
E 乳エコー(A)+子宮がん(D)	①9時30分 ②13時30分	40人	1800円		20歳以上	
乳がん・子宮がん併用	①9時②10時30分 ③13時④14時30分	F 乳がん(B)+子宮がん(D)	25人		3300円	30～39歳
		G 乳がん(C)+子宮がん(D)	25人		2800円	40～49歳
					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 ※マンモグラフィは、授乳中、生理前1週間～生理終了に受診できないほか、断乳後約6か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、乳房内に注入物がある方の受診ができません ※各項目につき4月～来年3月の間に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)

■健康診査

市国民健康保険加入者や75歳以上の方を対象に、健康診査を実施します。対象者は下表のとおりです。会社員など被用者保険加入者とその被扶養者や、国民健康保険組合の加入者は、加入している健康保険の特定健診を受診することになります。市が実施している追加項目は、加入保険者の基本項目と同時に受けることができます(※1)。▶特定健康診査は保険年金課☎70・5617、市健康診査は保健医療センター。

対象	今年度中に40～74歳になる市国民健康保険加入者※2	今年度中に75歳以上になる方
健診の名称	特定健康診査	市健康診査
費用	2000円(70歳以上は無料)※3	無料
通知(5月下旬に送付)	今年4月1日現在で国民健康保険に加入している対象者に通知(4月2日以降の加入者で受診を希望する方は要連絡)	昭和16年3月31日以前生まれの方：昨年度受診者に通知(昨年受診せず、今年希望する方は要連絡) 昭和16年4月1日～17年3月31日生まれの方：全員に通知
内容	1 基本的な健診 問診、身長、体重、BMI、血圧、肝機能、血中脂質、血糖、尿 2 詳細な健診(医師の判断による受診) 貧血検査、心電図、眼底検査 3 追加の健診(希望者) 胸部レントゲン、肝機能、尿・腎機能、前立腺がん検査(50歳以上)、 肝炎検査(40歳)	
受診場所	委託医療機関(一覧表を通知に同封。予約が必要な場合あり)	
受診期間	6月1日～来年3月31日(医療機関の休診日を除く。医療機関によっては実施していない時期あり)	
結果説明	受診した医療機関で、健診結果のほか生活習慣病の知識や生活習慣改善に関する説明あり	

※1 保険者の実施する特定健診と同時に追加の健診(一部負担金あり)を受けることができます(市が委託している医療機関に限る) ※2 35～39歳になる国民健康保険加入者も同様の健診を受けられるので、希望者は連絡してください ※3 追加の健診のうち前立腺がん検査と肝炎検査について、70歳未満の方は一部負担金があります

■離乳食ゴックン教室

5月27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。4～8か月児の保護者対象。母子健康手帳持参。定員20人(申込順)。☎5月6日から同センター。

■幼児無料歯科健診

6月9日(木)9時30分・10時・10時30分・11時、保健医療センター。フッ

素塗布と矯正相談もあり。2歳～就学前の幼児対象。母子健康手帳持参。定員各30人(申込順)。国(社)大和歯科医師会。☎5月6日から同センター。

■高齢者良い歯のコンクール

6月9日(木)9時30分～11時、保健医療センター。自分の歯(治療済みを含む)が20本以上ある70歳以上の方対象。国(社)大和歯科医師会。☎5月6日から同センター。