

お知らせ

ラウンジ

りぷらん

シリーズ

子育て

保健

くらしの情報館

ゼロカーボン

高齢者サロン

休日当番医・無料相談ほか

市長の手控え帖

## ■婦人科検診（集団健診）

乳がん・子宮頸がんは女性のがんの中でも罹患する人が多い病気です。乳がんは特に40歳代後半にもっとも多く発症し、子宮頸がんは20代や30代の若年層で増加傾向にあります。少しでも早く発見し治療を行うことがとても重要です。2年に一度、継続的に受診しましょう！過去3年間に集団健診を受診した方と、骨粗しょう症検診該当年齢の方には3月中にお知らせのがきを送付しました。

- 対象者（令和5年3月31日時点の年齢）
  - ▷乳がん 40歳以上の女性で昨年度集団・個別健診を受診していない方
  - ▷子宮頸がん 20歳以上の女性で昨年度集団・個別健診を受診していない方
- ※妊婦健診での受診も含む
- ▷骨粗しょう症 40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の女性

●予約方法  
健康増進課の窓口もしくは電話（☎2150または☎2112）、WEBでお申し込みください。

- 予約開始日
  - ▷乳がん 4月25日(月)から
  - ▷子宮頸がん・骨粗しょう症（表郷・大信・東会場）4月6日(水)から（中央保健センター会場）6月28日(火)から
- ※定員になり次第、締め切りとなります。

●健診日時  
「令和4年度市民健診のお知らせ」または市ホームページをご覧ください。

## ■健康ポイント事業参加者を募集します！

日々のウォーキングの歩数や体組成・血圧測定の結果を市内の「健康スポット」でデータ送信すると、健康ポイントが獲得できます。ポイントを貯めると、最大で5,000円分の賞品と交換できます。詳しくは、後日全戸配布するチラシまたは市ホームページをご覧ください。

- 対象者 18歳（高校生は除く）以上の市民
- 参加費 1,000円（税込み）

### 《事前説明会》

参加申込者へ日時を指定した案内通知を送付します。各回1時間程度の予定ですが、指定日を変更する場合はお問い合わせください。

- 日にち 5月20日(金)・21日(土)・23日(月)予定
- 会場 中央保健センター（北中川原）

☎健康増進課☎2114

## ■AED（自動体外式除細動器）の貸し出し

心肺停止患者の救命活動に備え、AEDを無料で貸し出します。

- 対象 市内にお住まいの方、または市内に活動拠点を置く団体などが行う各種イベント
- ※市が後援する行事や非営利の行事

●貸出条件  
医療従事者、救急救命士またはAEDの救命講習を終了した方がいること



●申込方法  
申込書に必要事項を記入のうえ、貸し出し希望日の7日前までに健康増進課にお申し込みください。申請書は市ホームページからも取得できます。

## ■高齢者肺炎球菌ワクチン接種

今年度、高齢者肺炎球菌ワクチン無料接種の対象となる方に、接種券を送付しています。ただし、過去に肺炎球菌ワクチンを受けたことがある方は、接種券が届いても対象外となります。

- 接種期間 令和5年3月31日(金)まで
- 接種方法 かかりつけ医などに予約のうえ、期間内に接種してください。
- 持参物 接種券・健康保険証
- ※県外で接種する場合は、事前に申請が必要です。

## ■こころの健康相談

眠れない・イライラする・生きていくのがつらいなど、心の悩みをお持ちの方や、ひきこもりの本人・家族の方を対象に、専門の医師による個別相談を開催します。電話相談も随時受け付けています。

- 日にち 5月30日(月)
- 時間 午後0時45分～1時15分
- ※5月20日(金)までに予約してください。
- 会場 南湖こころのクリニック（関辺）
- 申込先 健康増進課☎2114

## 5月のいきいき健康チャレンジ相談会

| 実施日    | 時間     | 会場          | 対象年齢   |
|--------|--------|-------------|--------|
| 9日(月)  | 13:30～ | 中央保健センター    | 75歳以上  |
| 11日(水) |        | 大信保健センター    | 40歳以上  |
| 18日(水) | 9:30～  | 東保健センター     |        |
| 20日(金) |        | 表郷公民館       |        |
| 25日(水) | 13:30～ | アナビースポーツプラザ | 40～70歳 |

【健康ポイント事業】50ポイント 1回/月