

# 保健センターからのお知らせ 申問 ☎995-3381

## ●ノロウイルスに注意!

ウイルスによる感染性胃腸炎は、1年を通して発生しますが、特に冬に流行します。

ノロウイルスは1~2日の潜伏期間の後、おう吐、発熱などの症状が現れ、人から人へ感染します。ほとんどの場合、2~3日程度で治りますが、下痢やおう吐による脱水症状などを引き起こすことがあります。

### 《予防のポイント》

- ・流水、石けんによる手洗いをしましょう。
- ・食品の調理は十分な加熱をしましょう。
- ・調理器具は十分に洗浄消毒をしましょう。

### 《おう吐物や便の処理法》

ウイルス感染した人のおう吐物や便には大量のウイルスが含まれます。必ずマスク

とゴム手袋を着用し、静かにふき取り、ふき取った雑巾などはビニール袋に入れ密閉して捨てましょう。

また、汚染された場所や物は、家庭用塩素系漂白剤を約200倍に薄めた液体か熱湯で消毒してください。

## ●高齢者インフルエンザ予防接種は令和4年1月31日で終了

すでに送付している受診通知書(水色の通知)をお持ちになり、委託医療機関に確認のうえ、接種をしてください。

## ●特定健診受診後の健康相談会

特定健診を受診された方を対象に、保健師、栄養士が個別相談を月1回実施してい

ます。

要指導などと判定された方や生活習慣改善を考えている方はご利用ください。

☎月1回 午前10時~10時30分

場保健センター

※日程など詳しくは、市ホームページをご覧になるか、お問い合わせください。

## ●令和3年度のがん検診(個別)について

令和3年度のがん検診、子宮頸がん、大腸がん、前立腺がんの個別検診については終了しました。

なお、胃内視鏡検査の実施は12月20日までです。お早めにお受けください。

## 各種検(健)診のお知らせ

新型コロナウイルス感染予防のため、マスクの着用をお願いします。各種検(健)診は時間を細分化して受け付けています。

事業名	日時	対象	内容・持ち物	定員・費用
①ヘルシーチェック健康診査	令和4年1月20日(木) (1)午前9時~9時20分 (2)午前9時25分~9時45分 結果説明会 令和4年2月15日(火) 午前9時~9時45分	市内在住の20~39歳の方	問診、身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査(貧血検査含む)、診察、骨密度測定(女性のみ)	定各回30人(申込順) 費500円
②骨粗しょう症検診	令和4年1月20日(木) 午前10時~10時30分 結果説明会 令和4年2月15日(火) 午前10時~10時30分(初回の受診者のみ)	市内在住の20歳以上の女性	問診、骨密度測定 持保険証	定10分ごとに20人、最後の10分は10人(申込順) 費200円
③乳がん検診(集団検診)	令和4年1月22日(土) 午前9時~11時30分	市内在住の40歳以上の方(令和2年度に受診した方を除く)	乳房エックス線検査(多少時間がかかります) 持バスタオル、保険証	定30分ごとに8人(申込順) 費1,740円

### —共通—

場保健センター

費八潮市国民健康保険被保険者(補助金申請書兼同意書提出)、生活保護受給世帯(受給証提示)、市民税非課税世帯(世帯全員の非課税証明書提示)、70歳以上の方(保険証の提示)、65歳以上70歳未満の

後期高齢者医療被保険者(保険証の提示)の方は無料

☎電話、市ホームページ内から電子申請または郵送(専用の申し込みはがき)で保健センターへ

※受診できる回数は年度内1回

## すこやかカレンダー 1月

場保健センター

☎②③は電話④~⑦は電話または市ホームページ内から電子申請で保健センターへ

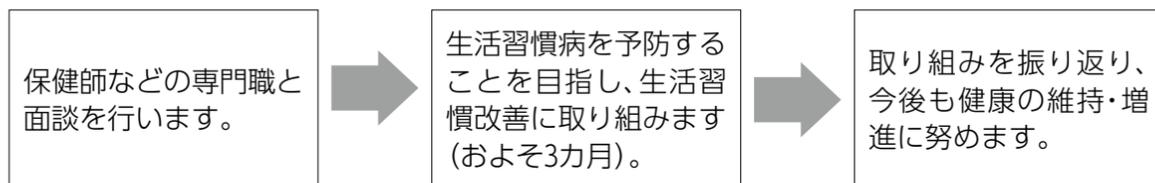
事業名	日時	対象
①乳幼児相談(事前予約不要)	1月6日(木) 午前9時30分~10時30分	満2カ月~未就学児
②ママのこころの相談(臨床心理士による相談)	1月6日(木) 午前9時30分~11時(1人45分)	乳幼児の保護者・妊婦で子育て上の悩み、不安などの相談がある方
③すこやか相談	1月18日(火) 午後1時30分~4時	お子さんの発育・発達やことばの遅れ、夜尿症、落ち着きがないなどの心配がある方
④パパ・ママ学級	1月15日(土) 午後1時~4時	妊娠5~7カ月の初妊婦および夫
⑤離乳食(初期)教室	1月26日(水) 午前10時30分~正午	5~6カ月児
⑥離乳食(後期)教室	1月27日(木) 午前10時30分~正午	10~11カ月児
⑦プレママサロン	1月12日(水) 午後1時30分~3時30分	妊婦

## 特定保健指導を利用しましょう

特定健康診査の結果、生活習慣病のリスクが高いと判定された方に、特定保健指導の案内をお送りしています。特定保健指導は、生活習慣病(脳卒中・心筋梗塞・糖尿病など)の予防を目的に、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目して、保健師などの専門職が生活習慣の見直しや改善をお手伝いするプログラムです。ご自身の生活習慣を見直す機会ですので、ぜひご利用ください。



### 特定保健指導利用の流れ



☎国保年金課 ☎825

12月27日は、固定資産税第3期、国民健康保険税、介護保険料の各第7期、後期高齢者医療保険料第6期の納期限です。**安全・確実・便利な口座振替**で納付をお願いします。