



# 保健センターからのお知らせ

申問 ☎ 995-3381

健康マイレージ  
ポイント対象事業



## ●高齢者向けインフルエンザ予防接種

日 令和6年1月31日(水)まで

場 委託医療機関

対 市内在住で、接種当日65歳以上の方、または60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器などに障がいがあり、身体障害者手帳1級相当に該当する方

※65歳以上の方に、受診通知書(青色)を送付しました。

※接種期間内に65歳を迎える方は、期間内に随時通知書を送付します。

費 1,500円(生活保護受給世帯の方は、受給証提示により無料)

※接種予約は医療機関へ直接ご連絡ください。

い。詳しくは、受診通知書をご覧ください。

## ●歯周疾患検診は11月30日まで

令和5年度中に40・45・50・55・60・65・70歳になる方に、受診券をお送りしています。歯周病は歯を失う1番大きな原因であり、口臭の元にもなります。予防と早期発見のために、早めに受診をしましょう。

## ●10月は骨髄バンク推進月間

骨髄バンクへのドナー登録にご協力ください。献血ルームやドナー登録会などで登録することができます。市では、ドナーとなって骨髄などを提供した方への助成を行っています。

## ●10月はがん検診受診率50パーセント達成集中キャンペーン月間

年1回は受診をしましょう。

—共通—

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

### インフルエンザが流行しています

県内では、9月20日にインフルエンザの流行注意報が発令されました。

今後、気温が下がり、空気が乾燥するにつれて、さらにインフルエンザが流行しやすくなります。「人混みを避ける」「外出後の手洗い」「適度な湿度の保持」「十分な休養とバランスのとれた食事」など、ポイントを押さえて感染予防に努めましょう。



## 各種検(健)診のお知らせ

事業名	日時	対象	内容	定員・費用
ヘルシーチェック健康診査	11月10日(金) 受付：午前9時～9時40分 結果説明会 12月11日(月) 受付：午前9時～9時40分	市内在住の20～39歳の方	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60人(申込順) 費500円
骨粗しょう症検診	11月10日(金) 受付：午前10時～10時30分 結果説明会 12月11日(月) 受付：午前10時20分～10時30分(初回受診者のみ)	市内在住の20歳以上の女性	骨密度測定 ※結果説明会は40分程度の講話	定50人(申込順) 費200円
胃がん(バリウム検査)・肺がん検診	11月26日(日)・27日(月) 男性枠 午前8時30分～、午前10時～ 女性枠 午前9時～、午前10時30分～	市内在住の40歳以上の方(胃がん検診は、令和4年度内視鏡検査を受診した方を除く)	胃部エックス線(バリウム)検査、胸部エックス線検査(必要に応じて喀たん細胞診検査) ※50歳以上の方の胃がん検診は、内視鏡検査も選択できます。	定各回25人(申込順) 費胃がん1,200円、肺がん(胸部エックス線検査300円、喀たん検査600円)
乳がん検診(集団検診)	11月22日(水) 午前9時～11時30分	市内在住の40歳以上の女性(令和4年度に受診した方を除く)	乳房エックス線検査(マンモグラフィ) ※希望者は、同日に「骨粗しょう症検診」を受診できます。	定80人(申込順) 費1,740円 ※「骨粗しょう症検診」受診希望者は別途200円

—共通—

場 保健センター

費 八潮市国民健康保険被保険者(補助金交付申請書兼同意書提出※喀たん検査を除く)、生活保護受給世帯の方(受給証提示)、市民税非課税世帯の方(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歳未満の一定の障がいのある方で後期高

齢者医療被保険者(保険証の提示)は無料  
☎電話、市ホームページ内から電子申請または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  
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。



## すこやかカレンダー 11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)	11月1日(水) 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)	11月1日(水) 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	11月7日(火)・21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	11月12日(日) 午後1時～4時	妊娠5～7カ月の初妊婦および夫
⑤プレママサロン	11月15日(水) 午後1時30分～3時30分	妊婦
⑥離乳食(初期)教室	11月29日(水) 午前10時30分～正午	5～6カ月児
⑦離乳食(後期)教室	11月30日(木) 午前10時30分～正午	9～11カ月児

## 保健センターの催し



### ウォーキング講習会「ウォーキングで健康づくりを！」

日 ①11月9日(木)②15日(水)③24日(金) 午後1時30分～3時30分(受付＝午後1時15分～)

場 ①やしお駅前公園集合②③やしお生涯学習館集合 対市内在住の方 内「八潮市健康づくりウォーキングマップ」(4～6キロメートル)の散策 講師 やしお歩け歩け

協会インストラクター

定各日30人(申込順) 費無料 ☎10月16日から31日までに、窓口で申込書を記入



### ママのこころの健康講座「自分を大切にできるようになるためのヒント～いろんなママがいていいよね～」

日 11月18日(土) 午前10時～正午 場 保健センター 対市内在住・在勤の乳幼児をもつママ(パパ) 内子育て中の自分と向き合いながら、気持ちを整理できるようになる

講座 講師 藤枝真紀子さん 定40人(申込順、無料保育あり) 費無料 ☎10月16日から、窓口、電話または電子申請



### 健康づくりの料理教室

日 11月21日(火) 午前10時～午後0時30分 場 保健センター調理室 対市内在住の64歳以下の方 内「骨コツ貯金で元気よく～丈夫な骨を作るためには～」をテーマに講話と調理実習 定12人(申込順) 費500円(食材料費) ☎10月16日から、窓口または電話



### 納期限のお知らせ

市県民税 第3期、国民健康保険税 第5期、後期高齢者医療保険料 第4期、介護保険料 第5期  
納期限：10月31日 口座振替の方は、残高確認をお願いします。