

保健センターからのお知らせ

申問☎995-3381

ハッピーこまちゃん
健康ポイント
対象事業

9月は「健康増進普及月間」です

9月の「健康増進普及月間」に合わせ、次のとおり、展示や測定などを行います。

	日時	内容
①	9月10日(木)～18日(金) 午前9時～午後4時30分	健康づくりに関するパネル展示
②	9月14日(月)・15日(火) 午前11時30分～午後1時30分	ベジチェック(野菜の摂取量チェック)
③	9月1日(火)～30日(水) (土・日曜日、祝日を除く) 午前9時～午後4時30分	体組成測定(筋肉量、脂肪量など)、血管年齢測定、マインドチェッカー(心と身体のバランスチェック)、血圧、肌チェック、健康相談など

※①は市役所多目的スペース、②③は保健センターロビーで行います。

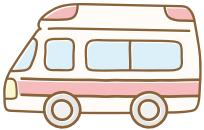


【昨年度の様子】

9月9日は救急の日です

救急業務および救急医療に対する正しい理解と認識を高めることなどを目的に、毎年9月9日を「救急の日」、救急の日を含む1週間を「救急医療週間」と定めています。救急医療は適正に利用し、いざという時のために相談窓口などを知っておきましょう。

詳しくは、12面の「もしもの時はこちらへ」をご覧ください。



9月10日は世界自殺予防デー、
9月10日～16日は自殺予防週間です

自殺は個人の自由な意思や選択の結果と思われるがちですが、実際にはさまざまな要因が複雑に関係し、心理的に追い込まれた末の死です。

自殺者数を年齢別にみると15～39歳の死因の1位は自殺であり、特に小学校から高校までの児童生徒では、夏休み明けに自殺者数が増える傾向にあるため、注意が必要です。

保健センターでは、精神科医によるこころの健康相談（月1回）を行っています。また、下記の相談機関でも相談できます。一人で悩まずご相談ください。

【相談機関等】

- ・こころの健康相談統一ダイヤル

・よりそいホットライン（24時間対応）

・チャイルドライン

・子供SOSダイヤル（24時間対応）
- ☎0570-064-556

☎0120-279-338

☎0120-99-7777

☎0120-0-78310



市ホームページ



支援情報
検索サイト

保健センターの催し

健康づくりの料理教室

回10月20日(火) 午前10時～午後0時30分
場保健センター栄養指導室
対市内在住で64歳以下の方
内「骨の健康はこれから！カルシウム+αの秘訣」をテーマに管理栄養士による講話と調理実習
持エプロン、三角巾、ふきん、ハンドタオル、マスク、上履き
定16人（申込順）
費500円（食材料費）
申9月4日から、窓口または電話

歩いて、見つけて、健康になる！
外歩き実践ウォーキング講習会

回①11月5日(木)②13日(金)③21日(土) 午前10時～正午（受付＝午前9時45分～）
場①②＝市役所集合・解散、③＝やしお駅前公園集合・解散
講師 やしお歩け歩け協会インストラクター
対市内在住の方
内4～6km程度の市内ウォーキング
定各日30人(申込順)
申9月4日から、申込フォームまたは窓口



申込フォーム



各種検(健)診のお知らせ

～「早期発見なら治る」時代だからこそ“今”検(健)診を受けてみませんか？～

	事業名	日時	対象	内容	定員・費用
集団検診	①胃がん検診(バリウム検査) ②肺がん・結核検診 ③乳がん検診 ④骨粗しょう症検診	11月25日(水)・26日(木)・28日(土) 12月11日(金)・12日(土) 令和9年1月23日(土) 受付時間 午前9時～11時30分	①②40歳以上の方 (①は令和7年度に胃がん内視鏡検査を受診した方を除く) ③40歳以上の女性 (令和7年度に受診した方を除く) ④20歳以上の女性	①胃部エックス線検査 ②胸部エックス線検査 ※65歳以上の方は、肺がん検診実施時に結核検診を同時実施 ③乳房エックス線検査(マンモグラフィ) ④骨密度測定	定各日120人(申込順) 費①1,200円 ②300円 ③1,740円 ④200円
	⑤ヘルシーチェック健康診査	11月25日(水)・26日(木)・12月11日(金)・12日(土) 令和9年1月23日(土) 受付時間 午前10時～11時	20～39歳の方	・身体測定 ・血圧測定 ・尿・血液検査 ・診察 ・骨粗しょう症検診(女性のみ) ※結果は、後日実施する説明会で個別返却	定各日60人(申込順) 費500円
個別検診	⑥子宮頸がん検診	11月30日(月)まで	20歳以上の女性 (令和7年度に受診した方を除く)	頸部細胞診 ※医師の診察が必要な方は、体部検査を追加実施(別途800円)	費1,700円
	⑦乳がん検診	11月30日(月)まで	40歳以上の女性 (令和7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)	費1,740円
	⑧肺がん・結核検診	9月30日(水)まで	40歳以上の方	胸部エックス線検査	費800円
	⑨胃がん検診(内視鏡検査)	12月20日(日)まで	50歳以上の方 (令和7年度に受診した方を除く)	胃内視鏡検査(胃カメラ)	費3,500円

ー共通ー

場①～⑤保健センター⑥～⑨委託医療機関(市ホームページをご覧ください)
費減額または無料となる場合あり(詳しくは、市ホームページをご覧ください)
申①～⑤を希望する方は、希望日の1か月半前までに申込フォーム、電話または窓口で保健センターへ
⑥～⑧を希望する方で、受診券が届いている場合は、直接委託医療機関へ
⑨を希望する方、71歳以上の方、転入された方、受診券を紛失した方は、申込フォームまたは電話で受診券を保健センターから取り寄せ、委託医療機関へ
※受診できる回数は年度内1回
※胃がん・肺がん・乳がん検診は、集団検診または個別検診のどちらか選択



申込フォーム



委託医療機関一覧

●職域等がん検診アンケート

市のがん検診以外(職場や保険組合など)での受診状況を教えてください。



回答フォーム