

### 知って得する！働き盛り応援講座

皆さんの職場にお伺いして、「生活習慣病予防」などお得な健康情報満載の講座をお届けします。

※健康チャレンジ2014対象事業  
市内にある企業、事業所 ④原則平日 ①実施の1カ月前までに成人保健課へ。

成人保健課(☎231-1935)

### 認知症相談会

①6月18日(水) ②菊川保健センター(☎287-2171)、③6月26日(木) ④彦島保健センター(☎266-0111)、豊北保健福祉センター(☎782-1962) ⑤各3人(先着順) ⑥電話か来所で、各会場へ。

成人保健課(☎231-1935)

### ふくふく健康チャレンジ 2014へ参加しよう

各種健康診査、健康づくりのための教室などに参加し、ポイントを集めて応募すると、抽選ですてきな景品が当たります。



⑦市民、市内在勤・在学の方 ⑧6月1日～12月26日(応募は消印有効) ⑨参加方法③3つの目標にチャレンジしてポイントを獲得し、応募はがきに必要事項を記入し、応募する。▽当選者の発表は平成27年2月以降、当選者に連絡 ※チラシ・応募はがきは、保健総

務課、保健センター、保険年金課などで配布

成人保健課(☎231-1408)

### 生肉による食中毒に注意!

鶏刺しなどの生肉料理や加熱不足の肉を食べると、カンピロバクターなどによる食中毒にかかる可能性が高くなります。特に抵抗力の弱い子どもは重症化しやすく、後遺症が出る場合がありますので注意が必要です。牛レバーについても、生で喫食せず、中まで十分に加熱して喫食しましょう。

成人保健課(☎231-1936)

### 胸部健康診断

市内在任の40歳以上で胸部健康診断を受ける機会のない方 ①6月2・9・23日(午前9時30分～11時) ②6月5・10・11・12・19・24・25日(午後1時30分～3時)

③市役所本庁舎新館3階 ④検査方法は胸部X線撮影 ※65歳以上の方は、感染症法による受診対象者(人間ドックや医療機関で胸部X線検査を受ける方を除く)※無地のTシャツか肌着1枚は着用可 ※検査結果は1カ月～2カ月後に郵送で通知

成人保健課(☎231-1530)

### スッキリ分かる糖尿病教室

①7月4・11・18・25日(全4回) ②午後2時～4時 ③▽医師による

### 6月は「食育月間」です

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です。「食べる」とは「生きる」と。現在をいきいきと生き、生涯にわたって心もからだも健康で質の高い生活を送るために、「食」について少し考えてみませんか。

成人保健課(☎231-1408)

### 衛生害虫1日無料相談会

ゴキブリ、ネズミ、ハチ、ムカデ、シロアリ、ペットから出るノミなどで困っている方は相談を。

①6月4日(水)午前10時～午後3時30分 ②市役所本庁舎本館1階ロビー

成人保健課(☎231-1540)

### 幼児食歯っぴー教室

市内在任の1歳6カ月～3歳児と保護者 ①6月27日(金)午前10時45分～正午(受付午前10時30分) ②所川中公民館 ③栄養士・歯科衛生士の講話、幼児食の試食 ④15

### 育児・健康相談(6月)

①下表の通り ②相談担当者=保健師など ※育児相談は母子健康手帳を持参 ③育児相談=こども保健課(☎231-1447)、健康相談=成人保健課(☎231-1935) ④育…育児相談 骨…骨量測定 ⑤健…健康相談 ※13:30～15:30

場所	日	曜	10:00～12:00	13:00～15:00
彦島保健センター	3	火	健・骨	
川中公民館	3	火	育	
豊北保健福祉センター	6	金	育	
豊田子育て支援センター	10	火	育	
新下関保健センター	10	火		健・骨※
六連島漁村センター	13	金	健	
唐戸保健センター	18	水	育	
吉田公民館	20	金	健・骨	
菊川保健センター	26	木	育	
山陽保健センター	27	金	育	
豊浦保健センター	27	金	育	

### 育児学級

●離乳食編 ①生後4カ月～6カ月ごろの赤ちゃんを保護者

②7月4日(金) ③北部公民館 ④7月18日(金) ⑤川中公民館 ⑥いずれも午前10時～11時45分ごろ ⑦離乳食、育児について ⑧20組 ⑨100円



### 歯の健康フェアin大丸

①6月1日(日)午前10時～午後3時 ②下関大丸7階フロア(竹崎町四丁目) ③歯科検診、相談、フッ化物洗口、ブラッシング指導など ④成人保健課(☎231-1408)



### 両親学級へどうぞ

①妊娠6カ月以降の妊婦と夫 ②7月11日(金)午後7時～9時 ③勤労福祉会館(幸町) ④赤ちゃんの風呂の入れ方、妊婦疑似体験 ⑤保健師 ⑥32組(予約制) ⑦母子健康手帳 ⑧電話で唐戸保健センター(☎231-1233)へ。 ⑨こども保健課(☎231-1447)

### 犬・ネコに不妊・去勢手術を受けさせましょう

犬・ネコの不妊・去勢手術料の一部を助成します。動物病院で手術を受ける前に、申請を。 ①市民が市内で飼育している犬・ネコ、飼い主のいないネ



### 6月1日～7日はHIV検査普及週間

エイズは一人ひとりが正しい知識を持ち、責任ある行動をとれば予防できます。  
**●エイズ相談&血液検査(HIV抗体検査)**窓口  
**☎** 下表の通り **☑** 予約希望者は事前に保健医療課へ。※梅毒・クラミジアの検査も受診可 ※結果は直接口頭で(電話での照会不可) ※感染の可能性のある機会があつてから3カ月以上たつて検査を受けないと正しい判定ができません ※毎週月曜日の午後4時～4時30分にも検査を実施 ※通常検査は1週間後、迅速検査は30分程度で結果が分かります  
 圏保健医療課(☎231-1530)

月日 (6月)	時間	場所		通常 検査	迅速 検査	予 約
		新館 3F	新下関保健 センター			
2日(月)	16:00~16:30	○		○		
3日(火)	16:00~17:00	○		○	2人	迅速のみ
4日(水)	9:00~17:00	○		○		迅速のみ
5日(木)	16:00~17:00	○		○	2人	迅速のみ
6日(金)	16:00~19:00		○	○		
7日(土)		休 み				
8日(日)	13:00~17:00		○	○		

コ 困条件 ▼市内在住の方 ▼犬は狂犬病予防法の規定による登録・今年度の予防注射を受けていること ▼飼いネコは終生飼養が約束できること ▼指定獣医師による手術を受けること ※1世帯1頭まで **☑** 助成11件4000円(先着順/件数に限りあり) **☑** 印鑑、犬の鑑札・狂犬病予防注射済票の各番号の提示 **☑** 6月1日(日)から動物愛護管理センター、6月2日(月)から各総合支所市民生活課、保健総務課へ。※動物愛護管理センターへの郵送による申請書提出も可 ※指定獣医師のいる動物病院にも申請書あり ※市ホームページからダウンロード可 **☑** 動物愛護管理センター(☎263-1125)、各総合支所市民生活課 ▼菊川(☎287-4004)、▼豊田(☎766-2187)、▼豊浦(☎772-4017)、▼豊北(☎782-1925)

## 福祉・医療

### 「ファミリーサポートセンター」の提供会員になりませんか?

ファミリーサポートセンターは、育児の援助を受けた人と行いたい人が会員になり、「子育てのサポート」をする有償のボランティア制度です。現在、育児の援助を行う提供会員が不足しているため、今回、提供会員向けの講習会を開放しますので、関心興味のある方は参加してください。  
**●** 第1回講習会 **☑** 6月26日(木) 午前10時～午後2時 **☑** 所川中公民館 **☑** 演題「子どもの栄養と食生活(調理実習)」「子どもの遊び」  
**●** 第2回講習会 **☑** 7月8日(火)



### 乳幼児医療費受給者証の更新を

乳幼児医療費受給者証は、7月31日(木)で有効期間が満了となります。引き続き医療費の助成を受けるには、更新手続きが必要です。  
**☑** 義務教育就学前児 **☑** 所得制限 **☑** 乳幼児の父母の平成26年度市町村民税所得割額(税額控除前)の合計が13万6700円以下 ※年少扶養控除などの廃止前の方法で再計算した額が上記の額以下の場合を含む。3歳未満(3歳の誕生日を迎える月の月末まで)の乳幼児で、所得制限超過の場合、市独自の制度で助成 **☑** 乳幼児の健康保険証、印鑑、平成26年1月2日以降転入の方は、平成26年度市町村民税の税額の分かる物(父母両方分) **☑** 6月2日～7月31日に、こども家庭課、各総合支所市民生活課、各支所へ。  
**☑** こども家庭課(☎231-1928)



## 保険・年金



が遅れると、手当を受けることができなくなり、  
**☑** 児童手当受給者(15歳になつて最初の3月31日までの児童を養育している方。公務員を除く) **☑** 現況届、印鑑、受給者本人の健康保険証の写し(国民年金加入者を除く) ▼平成26年1月2日以降に転入された方は、平成26年度所得課税証明書(父母両方分)※必要に応じて提出書類あり **☑** 6月2日～30日に、こども家庭課、各総合支所市民生活課、各支所へ。※公務員は原則、勤務先で手続き **☑** こども家庭課(☎231-1928)

### 各総合支所市民生活課

- ▼菊川(☎287-4003)
- ▼豊田(☎766-2180)
- ▼豊浦(☎772-4023)
- ▼豊北(☎782-1922)

### 歯の無料健康診断を



市内の歯科医師会加入の医院で無料健康診断を行います。この機会に受診しませんか。  
**☑** 国民健康保険加入者 **☑** 6月23日～28日 **☑** 国民健康保険証 **☑** 国民健康保険課(☎231-1668)、各総合支所市民生活課

### 後期高齢者医療の入院時食料等減額制度の申請を



住民税非課税世帯の方は、入院時の食料代が安くなる制度があります。申請月以前の入院や申請月内でもすでに退院された場合には適用されませんので、事前に申請を。  
**☑** 適用期間 **☑** 申請月の1日～7月31日 **☑** 後期高齢者医療被保険者証、印鑑、年金証書(老齢福祉年金受給者のみ)、過去1年間の入院領収書 **☑** 保険年金課、各総合支所市民生活課、本庁の各支所へ。  
**☑** 国民健康保険課(☎231-1306)、各総合支所市民生活課

### 後期高齢者医療のための所得の申告を



平成26年度の後期高齢者医療保険料算定などのため、後期高齢者医療制度の被保険者やその世帯の世帯主の方で、平成25年中に全く所得がなかった方や、所得が少なく所得税や市県民税が非課税の方も、所得の申告が必要です。申告が必要な方には、6月中旬に申告書を送付しますので、届いた方は早めに提出を。  
**☑** 国民健康保険課、各総合支所、本庁の各支所へ。  
**☑** 国民健康保険課(☎231-1306)

### マークの見方

- ☑…対象
- ☑…日時
- ☑…期間
- ☑…場所
- ☑…内容
- ☑…講師
- ☑…定員
- ☑…参加費など
- ☑…持参する物
- ☑…申込方法
- ☑…共通事項
- ☑…問合せ先