

認知症介護相談会

①12月11日(月) 山陽保健センター(☎246-3885) ②12月13日(水) 豊田保健センター(☎766-2041) ※随時相談可(要事前連絡) ③各3人(先着順) ④開催日の3日前(土日を除く)までに直接か電話で、各会場へ。

健診を受けましょう

各検診(健診)の対象年齢は、年度末が基準日になりました。

①若年基本健康診査(年度内1回受診可) ②市内在住の18歳〜39歳の方 ※昭和52年4月1日〜53年3月31日に生まれた方は特定健診の対象のため除く ③12月4・11・25日午前9時30分〜10時30分 ④唐戸保健センター ⑤診察、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査(貧血・肝機能・コレステロール・腎機能・糖尿病スクリーニング検査) ⑥20人(予約制) ⑦1200円 ⑧前週の金曜日までに成人保健課へ。



②骨粗しょう症検診(年度内1回受診可) ③市内在住の20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の女性 ④12月4・11・25日午前9時30分〜10時30分 ⑤唐戸保健センター ⑥問診、骨量測定 ⑦15人(予約制) ⑧300円 ⑨前週の金曜日までに成人保健課へ。

市で実施する検診の自己負担金免除制度

大腸がん、胃がん、子宮がん、乳がん、骨粗しょう症検診、喀痰検査の対象者で、次の①〜④に該当の方は、無料で受診できます。

①①受診日現在、満70歳以上の方
②後期高齢者医療被保険者の方
③生活保護受給世帯の方 ④市民税非課税世帯の方 ⑤①年齢が確認できる物 ②後期高齢者医療被保険者証 ③生活保護受給者証
④世帯の非課税証明書か成人保健課発行書類(事前申請必要)

成人保健課(☎231-1935)

12月1日は世界エイズデー

「HIV検査を受けてみませんか？」
エイズは、一人ひとりが正しい知識をもち、責任ある行動を取れば予防できる病気です。

エイズ相談&血液検査窓口

実施日	時間	検査の種類	予約の有無
11月	27日	通常検査	不要
	28日 29日 30日	通常検査 迅速検査	要 (迅速検査は各日4人まで)
12月	1日 4日 8日	通常検査 迅速検査	要 (迅速検査は各日4人まで)

※通常検査は1週間後、迅速検査

30分程度で結果が分かります

※梅毒、クラミジアの検査も可
※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 ※月曜日(午後4時〜4時30分、水曜日(午前10時30分〜11時)にも通常検査実施 ※相談および検査は無料・匿名 ※事前に保健医療課へ連絡を ④市役所本庁舎新館3階 ⑤保健医療課(☎231-1530)

ノロウイルス食中毒予防強化期間

ノロウイルスによる食中毒は冬に多発します。ノロウイルスは、少量のウイルスの付着で人から食品、食品から人、人から人へ感染します。▽予防の基本は「手洗い」です。調理前、食事前、用便後など石けんできちんと手を洗ひましょう。▽ノロウイルスは、カキなどの二枚貝の内臓に蓄積され、二枚貝は、中心まで十分に火を通しましょう。



胸部健康診断

市内在住の40歳(年度末年齢)以上で胸部健康診断を受ける機会のない方 ①12月15・19・21日(午前9時30分〜11時) ②12月11・13・20日(午後1時30分〜3時)

年末年始の医療機関

祝日当番医による対応は12月30日〜1月3日までです。12月29日までは医療機関によって対応が異なりますので、かかりつけ医か近くの医療機関に問い合わせを。夜間の急病の際は、下関市夜間急病診療所(内科・小児科)が年末年始も午後7時〜11時まで毎日診療を行っています。12月31日〜1月3日の診療時間は、午後7時〜午前0時まで延長されます。



ふぐ処理師試験

④高等学校入学資格を有する方で、ふぐ処理施設で3年以上ふぐの処理業務に従事した方 ※従事内容によりその他条件有り ⑤実技試験 ⑥2月14日(水) ⑦実技試験 ⑧3月14日(水) ⑨山口県庁職員ホール(山口市滝町) ⑩1万660円(山口県収入証紙で納付) ⑪1月4日〜22日までに、必要書類と受験料を添えて、生活衛生課へ。

セットがん検診

肺がん・大腸がん・胃がんの3つの検診を受けることが原則です。市内在住で年度末年齢が50歳以上の偶数年齢の方(職場などで検診を受ける機会のない方) ①内左表の通り ②各医療機関へ。

実施医療機関	予約先電話番号	セット内容				オプション			
		肺がん(胸部X線)	大腸がん	胃がん(下記どちらか) X線 内視鏡	特定健診(国民健康保険被保険者)	前立腺がん	子宮がん	乳がん	肝炎ウイルス検診
					74歳まで...1,000円	1,000円	けい部...1,200円 けい部・体部...2,000円	1,700円	無料
2,400円									
下関医療センター(注1)	☎231-7887	○	○	○	○	○	○	○	-
関門医療センター	☎241-1199	○	○	○	○	○	-	-	○
山口県済生会豊浦病院	☎774-0511	○	○	○	○	○	○	○	○
市立豊田中央病院	☎766-1012	○	○	-	○	○	-	-	○

成人保健課(☎231-1935)

(注1)は特定健診受診が必須。 ※自己負担金免除制度あり ※胃切除等の手術を受けた方は申し出て下さい ※山口県済生会下関総合病院、市立市民病院は受付終了

高齢者の肺炎球菌感染症の 定期予防接種

この予防接種は接種の義務はありませんが、肺炎球菌による肺炎などの感染症を予防し、重症化を防ぐものです。期間を過ぎた場合は、全額自己負担となりますので、注意してください。

●今までに成人用肺炎球菌ワクチンの予防接種歴がない方で、次に該当する方 ①平成29年度に、65・70・75・80・85・90・95・100歳となる方 ※対象年度内であれば年齢に達していなくても接種可 ②60歳〜64歳までの心臓・腎臓・呼吸器に障害(身体障害者手帳1級程度のある方) ③平成30年3月31日(土)まで ④2780円 ※対象者のうち生活保護受給者は無料

育児・健康相談(12月)

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

場 所	日 曜	内 容	
		10:00 ~ 12:00	13:30 ~ 15:30
唐戸保健センター	1 金	育	
豊北保健センター	1 金	育	
六連島漁村センター	8 金	健	
豊田子育て支援センター	12 火	育	
王喜公民館	15 金	健・骨	
新下関保健センター	18 月	育 10:00~11:30	
菊川保健センター	20 水	育	
山陽保健センター	22 金	育	
豊浦保健センター	22 金	育	

1級程度のある方は身体障害者手帳 ④かかりつけの医療機関へ問い合わせてください。※かかりつけの医療機関がない場合は保健医療課へ相談を
●保健医療課(☎231-1530)

インフルエンザの予防を 心掛けましょう!

インフルエンザは11月下旬〜3月に流行します。次のことに注意し予防を心掛けましょう。
●外出から帰宅した際には、必ず手洗い、うがいをする
●せきなどの症状のある時や外出時には、マスクを着用する
●インフルエンザの流行時には、なるべく人混みを避け、不要な外出を控える
●抵抗力を上げるために、日頃から規則正しい生活を心掛ける
●室温20度前後、湿度50%〜60%を保ち、換気をするなど環境を整える



▽予防接種を受ける
▽風邪症状がある時はマスクを付け、医療機関で受診する
●保健医療課(☎231-1530)

フグによる食中毒に気をつけて!

昨年、全国でフグによる食中毒は17件発生しています(患者数31人うち死者0人)。フグ毒の強さは、種類や個体、部位によって異なり、季節によっても変動します。中毒はしびれや吐き気などの症状が現れ、最悪の場合は呼吸困難で死亡することもあります。

▽ふぐ処理師以外の人はフグの処理はできません
▽卵巣や肝臓などの内臓は絶対に食べないでください
▽魚介類販売者は、ふぐ処理師免許のない方へは、除毒してないフグの販売・譲渡はできません
●生活衛生課(☎231-1936)



こども

育児学級

●離乳食編 ①生後4カ月〜6カ月の赤ちゃんを保護者 ②1月26日(金)午前10時〜11時30分ごろ川中公民館 ③離乳食、育児について ④20組 ⑤100円



保育園、認定こども園(保育園タイプ)の園児募集(4月から)



●平成30年4月1日現在、市内に住民票があり、保護者が次のいずれかに該当し保育が必要な場合
▷家庭外(内)で仕事をしている
▷出産前後のため保育ができない
▷保護者の長期疾病か障害
▷同居親族の介護・看護や長期入院している親族の入院付き添い
▷火災・風水害・地震などの災害の復旧
▷求職活動や起業準備
▷学校や職業訓練校などの就学
▷虐待やDVの恐れがあること
▷市長が認める前述に類する状態にある場合
●子どものための教育・保育給付支給認定申請書、各種証明書など必要な書類、印鑑、申請者のマイナンバーを確認

●きる物、身元の確認ができる物(免許証など)
●追加募集=(1回目)12月8日(金)まで、(2回目)12月11日〜1月31日 ※育児休業明け保育所入所予約を含む
▷求職活動を理由とする方についても随時受け付けますが、選考は追加募集2回目の方と同時に行います。
●入園を希望する保育園、こども園で申し込みを
●※日曜日、祝日を除く
●※申込書は各施設、こども育成課、各総合支所市民生活課で配布
●幼稚園、認定こども園(幼稚園タイプ)の園児募集(4月から)は各園に直接問い合わせを
●こども育成課(☎231-1912)

母親学級

●対妊娠中の方 ①12月20日(水)午後1時30分〜3時30分 ②新下関保健センター ③妊婦さんの食事、歯のはなし ④師栄養士、歯科衛生

●共持母子健康手帳 ①12月26日(火)から新下関保健センター(☎263-6222)、②12月19日(火)から山陽保健センター(☎246-3885)へ。
●こども保健課(☎231-1447)

親子で楽しむ 子育て支援イベント

●クリスマスファミリーコンサート ①12月16日(土)午後1時、午後3時 ②所シモールシアター (竹崎町四丁目) ③ママプラスパンド「いしんぴよびよ隊」によるクリスマスファミリーコンサート。その他ビンゴ大会(景品有り)など
●定各16人(当日先着順)※詳しくは下関商業開発(☎231-1118)へ
●こども家庭課(☎231-1353)



●子育て編 ①生後8カ月〜1歳ごろの赤ちゃんを保護者 ②1月19日(金)午前10時〜11時35分ごろ川中公民館 ③歯・育児について ④30組
●共持母子健康手帳 ①12月26日(火)から新下関保健センター(☎263-6222)、②12月19日(火)から山陽保健センター(☎246-3885)へ。
●こども保健課(☎231-1447)