

防できる病気で。

●エイズ相談&血液検査(HIV抗体検査)窓口

●希望者 回 6月4日~7日の午前10時~11時、6月9日(日)午後1時~4時 所 下関保健所2階 ※検査などは匿名可。プライバシーは厳重に守られます ※梅毒・クラミジアの検査も受診可 ※結果は一週間後平日のみ)に直接口頭で(電話での照会不可)

●迅速検査(30分程度で結果が分かる検査)の実施(平日のみ)

回 各日2人 ※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 料 無料(予約不要) 回 保健予防課(☎231-1530)

にこにこステップ運動®講座

市内在住の40歳~69歳の方 ※原則6回全て参加できる方 回 7月2・9・23日、8月6日、9月10・26日(全6回)午後1時30分~4時 所 下関環境みらい館 昇降台(ステップ台)を使った運動 定 25人(先着順) 申 直接か電話で健康づくり課へ。 回 健康づくり課(☎231-1935)

胸部健康診断

市内在住の40歳以上で胸部健康診断を受ける機会のない方 回

6月3・10・17・21・24・28日 午前9時30分~11時 ▽6月5・6・11・12・13・20・25・27日 午後1時30分~3時 所 下関保健所2階 回 検査方法 胸部X線間接撮影 ※65歳以上の方は、感染症法により毎年1回受診義務あり(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 回 保健予防課(☎231-1530)

育児学級

回 誕生後4カ月~6カ月の赤ちゃんとその保護者 回 7月9日(火) 北部公民館、7月18日(木) 阿部ニール、7月26日(金) 勝山公民館 ※いずれも午前10時~11時45分 回 離乳食、育児 定 20組 料 100円 回 各実施日の1カ月前から電話で健康づくり課へ。 回 健康づくり課(☎231-1447)

心の健康相談

回 心の健康について悩みのある方、その家族 回 6月26日(水) 午後1時~3時 川棚公民館 ② 6月28日(金) 午後1時~3時 下関保健所2階 回 ① 下関保健所豊浦支所(☎775-3000) ② 保健予防課(☎231-1419)



健診を受けまじょう

職場などで受診する機会のない方が対象です。

1 大腸がん検診(年度内1回受診可) 市内在住の40歳以上の方 回 検便(便潜血検査) ※専用の容器を渡します 料 300円 申 各協力医療機関、健康づくり課、山陽保健センター(☎246-3885)、彦島保健センター(☎266-0111)へ。

2 子宮がん検診(年度内1回受診可) 市内在住の20歳以上の女性 回 内診、細胞診(けい部のみか、けい部・体部) ※体部は医師が必要と判断した場合 料 けい部のみ 500円 ▽けい部・体部 1200円 申 各協力医療機関へ。

3 乳がん検診 市内在住で受診当日に40歳以上の偶数年齢の女性 回 視診、触診、乳房エックス線検査(マンモグラフィ検査) 料 1700円 申 各協力医療機関へ。

4 前立腺がん検診(年度内1回受診可) 市内在住の50歳以上の男性 回 国際前立腺症状スコア判定、血液検査 料 1000円 申 各協力医療機関へ。

5 胃がん検診(年度内1回受診可) 市内在住の40歳以上の方 回 協力医療機関 胃部エックス線検査(直接撮影)か胃内視鏡検査を選択 料 2000円 申 各協力医療機関へ。

6 肺がん検診(たんの検査) 50歳以上でたばこを多く吸う方、40歳以上で最近血たんのあつた方など 料 300円 回 上記の胸部健康診断の日時を参照 申 直接会場。

7 若年基本健康診査(年度内1回受診可) 市内在住の18歳~39歳の方 ※昭和49年3月31日までに生まれた方は特定健診の対象のため除外 回 6月3・10・17日の午前9時30分~10時30分 所 下関保健所2階 回 診察、身体計測、血圧測定、検尿、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) 定 20人(予約)

8 骨粗しょう症検診 市内在住の20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の女性 回 6月3・10・17日の午前9時30分~10時30分 所 下関保健所2階 回 問診、骨量測定 定 15人(予約制) 料 300円 申 健康づくり課へ。

9 自己負担金免除制度 大腸がん・子宮がん・乳がん・胃がん検診の前記の対象者で、次の①~④に該当の方は、無料で受診できます。

① 70歳以上の方 ※乳がんは偶数年齢の女性 ② 後期高齢者医療被保険者の方 ③ 生活保護世帯の方 ④ 市民税非課税世帯の方 ① 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健康づくり課発行書類 回 健康づくり課(☎231-1935)

ふくふく健康チャレンジ 2013へ参加しよう



健康づくりに取り組んで、ポイントを集めて応募すると、抽選で豪華賞品が当たります。 回 市民、市内在勤・在学の方 回 6月1日~平成26年1月31日(応募は消印有効) 回 参加方法は3つの項目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 回 当選者の発表=平成26年2月中旬以降、当選者に連絡 ※チラシ・応募はがきは、健康づくり課、保健センター、保険年金課などで配布 回 健康づくり課(☎231-1408)

マークの見方

回...対象 回...日時 回...期間 回...場所 回...内容 回...講師 回...定員 回...参加費など 回...持参する物 回...申込方法 回...共通事項 回...問合先