

休日・平日夜間がん検診		閩成人保健課 受診の際は、必ず事前に連絡を。(☎231-1935)	
日程		医療機関	
休日	平日夜間		
10月4・18・25日	10月5・6・13・19・20日	済生会下関総合病院(安岡町) ☎262-2300	
10月18日 11月8日	10月9・22日 11月10・19日	井町産婦人科医院(秋根南町) ☎263-3070	
10月25日 11月8日	10月1・15日 11月12・26日	野口産婦人科医院(梶栗町) ☎258-2277	
10月25日 11月15日	10月9・23日 11月6・20日	さいとうレディースクリニック(細江町) ☎228-0753	
子宮がん		10月7日	藤野産婦人科医院(大学町) ☎252-2200
		10月4日 11月1日	にしはらクリニック(生野町) ☎251-1167
乳がん		10月18日	下関さくらクリニック(有富) ☎257-7767
		10月18日 11月8日	吉田メディカルクリニック(田中町) ☎242-7722
		10月25日 11月15日	さいとうレディースクリニック(細江町) ☎228-0753
大腸がん		10月4日 11月1日	にしはらクリニック(生野町) ☎251-1167
		10月12日 11月29日	螢クリニック(金比羅町) ☎223-8000
		10月18日 11月1日	※二次検診の方が対象(便潜血検査で要精密になった方) すぎはら内科・消化器病クリニック(古屋町) ☎253-1368
		10月18日 11月8日	吉田メディカルクリニック(田中町) ☎242-7722
		10月18日 11月8・29日	はりま内科胃腸科医院(長府中六波町) ☎245-1118

危険ドラッグ・麻薬・覚醒剤を撲滅しよう!

薬物乱用の根絶を図るため、全国的に10月1日～11月30日まで薬物乱用防止啓発運動が展開されます。危険ドラッグなどの薬物乱用の危険性は身近にあります。決して所持・使用などしないでください。閩保健医療課(☎231-1711)

エイズ検査を受けてみませんか?

回▽毎週月曜日 午後4時～4時30分
▽毎週水曜日 午前10時30分～11時 ※水曜日のみ要予約
閩市役所本庁舎新館3階 ▽受け付けⅡX線検査室内 閩血液検査

育児学級

※梅毒・クラミジアも検査可 ※結果は一週間後(平日のみ)に直接口頭で通知(電話での照会不可) ※匿名可 ※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
閩保健医療課(☎231-1530)

離乳食編 閩生後4カ月～6カ月の赤ちゃん

と保護者 閩所
①11月6日(金) Ⅱ川中公民館
②11月20日(金) Ⅱ彦島公民館
▽各日午前10時～11時45分
閩20組 閩各100円 Ⅱ電話で、①



母親学級

10月6日(火)から新下関保健センター(☎2636222)、②10月20日(火)から彦島保健センター(☎2660111)へ。
●子育て編 閩生後8カ月～1歳ごろの赤ちゃんと保護者 閩所11月30日(月)午前10時～11時45分 Ⅱ新下関保健センター 閩30組 Ⅱ電話で10月30日(金)から新下関保健センター(☎2636222)へ。
閩こども保健課(☎231-1447)

閩妊娠中の方 回10月28日(水)午後1時30分～3時30分 Ⅱ新下関保健センター 閩妊婦さんの食事、妊



お料理苦手ママ全員集合!! 腸キレイなカラダづくり

閩市内在住の1歳未満の児をもつ保護者 回11月25日(水)午前10時～午後0時30分 Ⅱ栄養士講話、調理実習と試食、保健師講話(1歳未満児の託児あり) 閩20人(先着順) 閩200円 閩エプロン、三角巾、手拭きタオル 閩10月1日(木)から直接か電話で唐戸保健センターへ。 閩所唐戸保健センター (☎231-1233)



10月は「骨髄バンク」臓器移植推進月間

●骨髄バンクドナー登録 骨髄バンクドナーの登録を受け付けています。登録は電話予約を。 閩18歳～54歳の健康な方 回1月1日(10月5日、11月2日、12月7日)の午前9時15分～11時 閩所唐戸保健センター
●大学祭での登録会 回10月11日(日)午前10時～午後2時 Ⅱ水産大学校 ▽10月12日(月)午前11時～午後3時 Ⅱ下関市立大学
●臓器提供意思表示カード 臓器移植を行うため、多くの方



の臓器提供の意思表示が望まれています。臓器提供の意思は、インターネット意思表示、健康保険証や運転免許証の意思表示欄などで示すこともできます。臓器提供意思表示カードは、市役所本庁舎1階受け付け、成人保健課、保健センター、各支所やコンビニエンスストアなどに置いています。
閩成人保健課(☎231-1446)

50代60代の運動習慣化教室

閩50歳～69歳の市民で、次の①②に該当する方 ①医師から運動制限を受けていない方、②全3回受講できる方
回(1)11月11日(水)、(2)11月25日(水)、(3)12月9日(水) ▽各回午前10時正午 閩彦島保健センター 閩(1) Ⅱ保健師による講話と実技、(2)(3) Ⅱ健康運動指導士による実技 閩25人(先着順) 閩11月10日(火)までに、直接か電話で彦島保健センターへ。
閩彦島保健センター(☎2660111)



福祉・医療

高齢者等住宅資金融資

閩市内に住所があり、金融機関の審査基準を満たす①か②に該当す

る方 ①60歳以上の方、②障害者(身体障害者手帳1級〜4級か療育手帳A)の方 ※①②の同居(予定も含む)の親族も可 ※その他条件あり。問い合わせを 図▽対象工事

事Ⅱ高齢者や障害者に配慮した住宅の新築、専用居室や利用に適した浴室・トイレなどを増築・改築・改造する工事、玄関から道路までの通路などのバリアフリー化工事、これらの工事に伴う用地取得 ※修繕目的の工事と融資予定通知前に着工した場合は対象外 ▽融資額Ⅱ30万円〜400万円 ▽融資利率Ⅱ年3・9%(うち保証料率2%)か年3・25%(うち保証料率1・35%) ※どちらも固定金利。取扱金融機関により異なる ▽融資期間Ⅱ10年以内 ▽返還方法Ⅱ元利均等月賦償還 ※連帯保証人が1人必要 ※予算が無くなり次第終了

関住民票、所得証明書、土地・建物の登記簿、工事見積書、図面など Ⅲ直接、福祉政策課、各総合支所市民生活課へ必要書類の提出を。 関福祉政策課(☎231-1723)、各総合支所市民生活課 ▽菊川(☎287-4006) ▽豊田(☎766-2947) ▽豊浦(☎772-4020) ▽豊北(☎782-1923)

介護予防教室

いつまでもいきいきとした生活が送れるよう介護予防を目的とし



た体操や運動を行います。※1人1教室まで 関市内在住の65歳以上で医師などから運動を制限されていない方 関左表の通り

いきいきふれあい教室:介護予防を目的とした体操や運動を行います。(全12回程度)						
会場	曜日	時間	申込先	連絡先	申込期限	定員
彦島公民館	水	10:00~12:00	彦島地域包括支援センター	☎266-6516	10月31日	15~30人
長府公民館	水	10:00~11:30	長府地域包括支援センター	☎227-3151	10月25日	
長府東公民館	木	10:00~11:30				
川棚公民館	木	13:30~15:00	豊浦地域包括支援センター	☎775-2941	10月25日	

介護職員初任者研修

※1月の開始分は、市報12月号でお知らせする予定です 関長寿支援課(☎231-1340) 訪問介護員(ホームヘルパー)としての就労が可能となる、介護福祉士の資格取得につながる資格です。 関市内在住の50歳未満の父子家庭



の父、母子家庭の母、寡婦の方で、資格を生かした就労を希望する方 関10月27日(翌年2月23日(毎週火・金曜日)午後6時~9時(全32回) 関下関アクティブセンター 関5人(抽選) 関テキスト・問題集代、試験費用が必要 関10月16日(金)までに、電話でこども家庭課へ。 ※面接あり 関こども家庭課(☎231-1358)

認知症高齢者サポーターメール (登録案内)

市では、認知症により徘徊されている高齢者の方の、できる限り早い発見・保護に協力するため、市内の警察署と連携して、登録者からの情報提供をお願いする「認知症高齢者サポーターメール」を配信します。ぜひ、登録をお願いします。 【登録・変更用アドレス】 bousai-shimonoseki@pressmail.jp に空メールを送信し、返信の登録・変更用メールに従って登録してください。



関長寿支援課(☎231-1340) ブックスタート 「ブックスタート」とは絵本を介して赤ちゃんと周りの大人が心安らぐ楽しい語り合いのひとときを



持つことを応援する運動です。 1冊目の絵本は出生届提出時に、2冊目の絵本は1歳6カ月児健康診査の会場で読み聞かせを行い、お渡しします。出生届提出時に絵本を受け取っていない方には随時引換券を送付しますので、こども家庭課、本庁管内12支所、各総合支所市民生活課で受け取ってください。 関こども家庭課(☎231-1353)

保険・年金

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)

国民健康保険証が新しくなりました

国民健康保険証の有効期限は9月30日(水)です。10月1日(木)からは、新しい保険証でなければ病院などで受診することができません。まだ新しい保険証を受け取っていない方は、被保険者資格の確認や保険料の納付の相談など、保険年金課か、管轄の総合支所で更新手続が必要です。



修学のため、世帯員の方が親元を離れる場合、別に保険証を交付します。在学証明書(学生証不可)市内に住所がある方は不要、印鑑、保険証を持参し、保険年金課か、最寄りの各総合支所、本庁の各支所へ。 ※既に交付されている場合でも、保険証が新しくなれば改めて申請が必要です。(特別な事情で別に保険証が必要な場合も同様) 関保険年金課(☎231-1930)、各総合支所市民生活課

国民健康保険料は必ず納期限までに



国民健康保険は、被保険者の相互扶助の制度です。皆さんが病院などで診療を受けたときの医療費は、一人ひとりの保険料で支えられています。特別な事情なく保険料を滞納した場合、有効期限が通常より短い被保険者証(短期被保険者証)や、医療費が全額自己負担となる被保険者資格証明書の交付を行うことがあります。保険料は必ず納期限内に納めましょう。納付が困難な場合は、早めに窓口へ相談を。 関保険年金課(☎231-1680)、各総合支所市民生活課

マークの見方

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