

第10回記念大会 下関海響マリン 2017ボランティア募集

15歳以上の方 ※高校生は保護者の同意が必要 案内誘導業務、会場撤収業務、給水所などでの補助業務、コース・通訳など 7月31日(月)必着までに、所定の申込用紙を書いて、郵送かファクスで申し込み。※申込用紙は事務局の他に市内各体育施設、総合支所、公民館、支所などに設置。大会ホームページからもダウンロード可

関スポーツ振興課 ☎231-2729

瓶詰つにを使った「レシピコンテスト」

二次審査で会場にて作品を作れる方 一回一次審査(書類審査) 9月上旬 二次審査 10月8日(日)午前9時～正午/唐戸市場2階魚食普及センター 9月8日(金)必着までに、郵送かEメールに、(7)とメールアドレス(ある方)、料理名、使用食材、必要な分量、調理方法、調理に要する時間、料理のPRコメントを書き、料理の写真を添えて、山口県うに協同組合ウニレシピコンテスト係(〒750-0014市内岬之町10番16号 小川うに(株)内



uni-recipe@uni.or.jp)入。 ※詳細は山口県うに協同組合事務局 ☎050-

3389-8777)へ
関水産課 ☎231-1240



★7月の健康スローガン★(注1) 一年に一度はからだのメンテナンス 受けよう健康診断

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 7月4・7・13・18・21・27日 午前9時30分～11時 7月3・10・12・19・24・26日 午後1時30分～3時 市役所本庁舎新館3階 検査方法 胸部X線撮影 ※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

※胸部検診車については、下記の肺がん検診で確認を

関保健医療課 ☎231-1530

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。 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歳以上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 平成30年3月31日(土)まで 2780円(生活保護受給者は無料) 日常生活保護受給者は生活保護受給者証、60歳以上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)のある方は、身体障害者手帳 掛かり付けの医療機関へ問い合わせてください。 ※掛かり付けの医療機関がない場合は、保健医療課へ相談を

関保健医療課 ☎231-1530

小児生活習慣病予防健診

小学生5年生と中学生1年生 7月21日、8月31日 市内の医療機関(学校で案内) 健診内容 問診調査、肥満度測定、血圧測定、血液検査を基に総合判定 1300円 健診票(必要事項を記入) 各学校へ。 関学校保健給食課 ☎249-6361



50代60代の健康運動教室

50歳～69歳の市民で次の全てに該当する方 運動習慣がない 医師から運動制限を受けていない 全4回受講できる 8月

8・22日、9月26日、10月24日(午後1時30分～3時30分) 市長府東公民館 健康運動指導士、保健師による講話と実技 20人先着順) 直接か電話で山陽保健センターへ。 関山陽保健センター (☎246-3885)

健診を受けましょう

1 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 7月3・10・24日、8月7日 午前9時30分～10時30分 市役所保健センター 内診察、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) 20人(予約制) 1200円 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) 市内在住の20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の女性 7月3・10・24日、8月7日 午前9時30分～10時30分 市役所保健センター 問診、骨量測定 15人(予約制) 300円 前週の金曜日までに成人保健課へ。

3 肺がん検診(年度内1回受診可) 胸部エックス線検査を検診車で受ける場合 市内在住の40歳以上の方 ①7月5日(水) 内

日公民館 ②7月12日(水) 吉見公民館 ③7月13日(木) 吉母公民館 ※いずれも午前9時～11時30分 内日公民館、吉母公民館は午前11時まで) ※無料・予約不要

4 痰の検査 市内在住の方で、市の検診で胸部エックス線検査を受けた方、50歳以上のたばこを多く吸う方 検診車の日時を上記の胸部健康診断の日時参照 500円 直接会場へ。

5 胃がん検診(年度内1回受診可) 市内在住の50歳以上の偶数年齢の方 胃内視鏡検査を選択 直接撮影か胃内視鏡検査を選択 2400円 各協力医療機関へ。

6 乳がん検診(年度内1回受診可) 市内在住で40歳以上の偶数年齢の女性 乳房エックス線検査(マンモグラフィ検査) 1700円 各協力医療機関へ。

7 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 検便(便潜血検査) 300円 各協力医療機関、唐戸保健センター(☎231-1233)、新下関保健センター(☎263-6222)、山陽保健センター(☎246-3885)、彦島保健センター(☎266-0111)へ。

8 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 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 けい部のみ

700円

(注1)健康スローガンに沿って、自分に合った健康づくりに無理せず取り組みましょう。

12000円▽けい部・体部12000円 甲各協力医療機関へ。
8 前立腺がん検診年度内1回受診可
 甲市内在住の50歳以上の男性
 国際前立腺症状スコア判定、血液検査 料10000円 甲各協力医療機関へ。
 甲成人保健課(☎231-1935)

いろいろの健康相談

甲所①7月26日(水)午後1時～3時
 豊浦保健センター ②7月28日(金)午後1時～3時
 市役所本庁舎新館3階相談室 甲4人先着順
 甲7月3日(開催日の前日までに、電話で成人保健課へ。
 甲成人保健課(☎231-1419)

食品衛生責任者養成講習会

飲食店などの食品営業を行う場合は、この資格が必要です。※食品営業を行わない方も受講可
 甲所定①7月26日(水) 甲勤労福祉会館(幸町)70人 ②7月28日(金) 甲川棚公民館/30人 料各7000円
 甲①7月19日(水)まで、②7月21日(金)まで。※申込書は①下関市食品衛生協会(☎231-3335) ②下関市食品衛生協会豊浦支部(☎75-2064)へ請求を
 甲生活衛生課(☎231-1936)

ひきこもり家族教室

甲半年以上、学校や職場に行かず、家族以外との親密な対人関係が持

てない状態が続いており、主な原因が精神疾患とは考えにくい方の家族
 甲8月18日(金)午後2時～※全6回コース(8・9・10・11・12・1月の各月1回) 甲所川中公民館 甲ひきこもりの基礎知識やコミュニケーション技法の学習、医師講話、体験発表など 甲10人先着順
 甲7月1日～8月10日まで 甲電話で成人保健課へ。
 甲成人保健課(☎231-1419)

実年・熟年・寿年 いい歯のコンクール下関大会

甲市内在住の50歳以上の方で、自分の歯が20本以上ある方治療した歯が数本あっても可
 甲8月6日(日)午前10時～正午 甲勝山公民館 甲歯科検診表彰式 甲7月31日(月)までに、電話で各歯科医院か下関市歯科医師会事務局(☎234-8020)へ。
 甲保健総務課(☎231-1408)



肝炎治療費を助成します

甲市内在住で、保険適用の次の治療を受ける方
 ①C型肝炎ウイルス性肝炎(根治目的)へのインターフェロン・インターフェロンフリー治療
 ②B型肝炎ウイルス性肝炎へのインターフェロン治療と核酸アナログ製剤治療 ※更新などは条件あり。詳細は保健医療課に問い合わせを
 甲助成期間1年以内で治療予定期間に即した期間(原則1人

1回)▽助成額11カ月の治療費の自己負担額のうち、限度額1万円(上位所得者は2万円)を超えた額
 甲①治療受給者証交付申請書の更新時のみ、診断書の代わりに検査結果と治療内容が分かる資料でも可
 ③健康保険証の写し
 ④世帯全員の住民票
 ⑤世帯全員の市県民税課税証明書
 ⑥更新、延長、2回目の場合は、現在利用している治療受給者証の写し ※①②の様式は保健医療課、各保健センターに用意 甲保健医療課、各保健センターへ。
 甲保健医療課(☎231-1530)

歯とのおどろく！ 自分磨き教室に参加しませんか？

甲7月27日(木)午後1時30分～3時 甲所吉見公民館 甲歯科医師による講話「歯周病から守る予防歯科」、歯科衛生士による歯磨き指導など
 甲30人(先着順) 甲歯ブラシ、コップ 甲電話で保健総務課へ。
 甲保健総務課(☎231-1408)



食中毒を防ぎましょう

食中毒予防の3原則「清潔・迅速・温度管理」を守って食中毒を防ぎましょう。
 甲清潔 甲調理前、食事の前にはよく手を洗う。包丁、まな板、布巾、スポンジなどは洗剤を使ってよく



洗い、定期的に熱湯などで消毒を。
 甲迅速 甲調理後の食品は室温に長く放置しない。すぐに食べない食品は冷蔵庫に保管し、なるべく早く食べる。▽温度管理 甲加熱する食品は十分に加熱を。中心部の温度は75度1分以上に。
 甲生活衛生課(☎231-1936)



保育就職フェア

各園がブースを設け、就職説明会を開催します。採用に関する相談や、先輩保育士から保育内容や職場の様子も聞くことができます。
 甲保育園・認定こども園に就職を希望する方 甲7月30日(日)午後1時30分～4時 甲所ドリムシツ



児童手当の現況届はお済みですか

児童手当を受けていて現況届を提出していない方は、至急手続きを。手続きをしなければ、手当を受けることができなくなります。
 平成29年6月分から認定の方は、手続き不要です。
 甲こども家庭課、各総合支所市民生活課、本庁の各支所へ。※公務員は原則、勤務先での手続き
 甲こども家庭課(☎231-1928)

それいけ！アンパンマン ミュージカル 勇気の花に歌おう♪

甲7月9日(日)正午～午後3時 甲2700円 ※3歳以上有料。
 2歳以下は保護者1人につき1人ひざ上鑑賞可。席が必要な場合は有料
 甲所関市民会館(☎231-6401)

若者のこころの健康講座

●インターネット依存の知識と理解を深める
 甲7月24日(月)午後2時 甲所市民会館 甲第1部=下関市教育委員会の取組について 甲第2部=講話「若者のネット依存の現状と対応について」 甲樋口進氏(独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター院長) 甲1,000人(先着順)
 甲7月18日(火)までに、市ホームページの電子申請が公民館に設置してある案内チラシ裏面の申込書に必要事項を書いて、郵送かファクスで成人保健課(〒750-8521市内南部町1番1号 甲235-3901)へ。
 甲成人保健課(☎231-1419)



△QRコード

マークの見方

甲対象 甲日時 甲期間 甲場所 甲内容 甲講師 甲定員
 甲参加費など 甲持参する物 甲申込方法 甲共通事項 甲問合先