

# Health Guide

各種相談、健診、予防接種の問い合わせは、町健康福祉課（☎82-3111内線143、145）へお気軽にどうぞ。

# 保健だより

## ◆ 3月の乳幼児健診

場所：保健センター

名称	期日	受付時間	対象者
3カ月児健診	22日	午後0時50分～1時10分	平成27年11月24日～12月22日生まれ
6カ月児健診	22日	午後1時半～1時50分	平成27年8月24日～9月22日生まれ
10カ月児健診	8日	午後0時半～0時50分	平成27年4月1日～6月8日生まれ

- 持参する物 母子健康手帳、赤ちゃん手帳、バスタオル
- 対象者には事前に通知しますが、該当月に受けられなかった場合は他の月でも受診できますので、必ずおいでください。
- ※乳幼児の定期健診時に、対象月齢以外のお子さんに関する育児相談も受け付けています。ご希望の方は事前に町健康福祉課健康づくり係（内線145）へご連絡ください。

## ◆ 3月のすくすく広場

期日	場所	時間	対象者
9日	町中央コミュニティセンター	午前9時半～11時半	幼稚園や保育園に入所していない乳幼児とその親、祖父母

- 参加希望の方は、直接会場へお越しください。
- ◆問い合わせ 子育て支援センター（☎82-6099）へどうぞ。

## ◆ 3月の赤ちゃんランド

期日	場所	時間	対象者
2日	町中央コミュニティセンター	午前10時～11時半	3カ月～1歳未満の子どもとその保護者

- 参加希望の方は、バスタオル、おむつ、着替え、飲み物をお持ちの上、直接会場へお越しください。
- ◆問い合わせ 子育て支援センター（☎82-6099）へどうぞ。

## ◆ 各種予防接種の実施医療機関

実施場所	所在地	電話番号
うらべ内科	船越5-31-9 (旧農協船越支所)	89-7465
後藤医院	長崎四丁目12-10	82-6690
近藤医院	飯岡9-23-1	82-3328

- ヒブワクチン、小児肺炎球菌ワクチン、四種混合、三種混合、不活化ポリオ、二種混合、麻しん風しん混合、BCG、水痘、日本脳炎の予防接種を随時行っています。ご希望の方は各医院へお申し出ください。

## ◆ 3月の精神保健相談、こころの相談室

名称	開設日	時間	場所
精神保健相談	10日	午後1時半～	保健センター

- ストレスやうつ状態、不眠、不安、いらいらなど心の悩みに専門の医師が対応します。ご希望の方は、前日までに町健康福祉課健康づくり係（内線143）へお申し込みください。
- 町では、「こころの相談室」を開催しています。詳しくは町健康福祉課健康づくり係（内線143）へお問い合わせください。

## ◆ 骨髄ドナー登録

期日	受付時間	場所
3月8日	午後1時～2時	宮古保健所

- 骨髄ドナー登録にご協力いただける方は、前日までに宮古保健所（☎64-2218内線235）へお申し込みください。

## 平成28年度検診希望調査の提出を

平成28年度の各種検診の希望調査を実施しています。受診を希望される方は、1月15日号と一緒に配付された調査票に記入の上、提出してください。

▷検診内容と対象

検診内容	対象
人間ドック	昭和57年3月31日以前生まれの方
肺がん検診	昭和52年3月31日以前生まれの方
胃がん検診	
肝臓・胆のう・腎臓検診	
大腸がん検診	
乳がん検診（※）	昭和52年3月31日以前生まれの女性
子宮頸がん検診（※）	平成9年3月31日以前生まれの女性
若年者健診	昭和52年4月1日～平成10年3月31日生まれの方
前立腺がん検診	昭和42年3月31日以前生まれの男性
後期高齢者健診	平成28年8月31日時点で75歳以上の方が、65歳以上で後期高齢者医療保険証を所有している方

※乳がん検診、子宮頸がん検診については、大沢・織笠・船越・田の浜・大浦地区に住民登録のある方が対象となります。

▷提出先

提出場所	受付日時
町健康福祉課	平日の午前8時半～午後5時15分
役場各支所	
大浦漁村センター	火～日曜日（祝日除く）の午後1時～5時 ※施設の利用状況により管理人が不在の場合があります。
田の浜コミュニティセンター	
ふるさとセンター	

▷提出期限 3月2日

- ◆問い合わせ 町健康福祉課健康管理係（☎82-3111内線142）へどうぞ。

## ◆ 3月の健康2倍デー

時間：午前10時～正午

期日	場所	内容
3日	保健センター2階和室	えがおの和（介護予防教室で体操や裁縫を行います。参加料300円）
10日	町中央コミュニティセンター和室	・午前10時～正午…健康UPクッキング教室（参加料300円）
	保健センター2階ホール	・午後1時半～3時半…きっかけ運動教室
17日	保健センター2階和室	こころが喜ぶ12のヒント（睡眠やお薬のこと、生活のコツなどに関するミニ講座）
24日	保健センター2階ホール	きっかけ運動教室

- 参加希望の方は、前日までに町健康福祉課（内線143）へ。

## ◆ エイズ相談・検査、肝炎、性感染症検査

期日	受付時間	場所	検査手数料
3月8日	午後4時～6時半	宮古保健所	無料

- エイズに関する相談（随時）とHIV抗体検査、B型・C型肝炎ウイルス検査、性器クラミジア感染症検査を行っています。検査は匿名で受けられます。前日までに宮古保健所（☎64-2218内線235）へお申し込みください。