

こんにちは保健センターです

申し込み・問い合わせ 健康増進課 ☎443・1631

胃がん・大腸がん・肺がん

(結核) 検診を実施します

11月中旬から、胃がん・大腸がん・肺がん(結核)検診を実施します。

今年度は感染症拡大予防のため、完全予約制となりますので、届いた問診票を確認のうえ、予約をしてください。

対 40歳以上(昭和56年3月31日以前に生まれた方)

時 11月12日(木)～12月27日(日)のうち16日間

場 総合保健福祉センターなど

申 10月8日(木) 午前9時～

胃がん検診(胃部エックス線撮影(バリウム)) [完全予約制]

時 胃がん検診問診票

費 1000円

※身体状況により、検診をお勧めできない場合があります。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。健康増進課にお問い合わせください。

大腸がん検診(便潜血反応検査)

時 大腸がん検診問診票・検便容器

費 300円

※胃がん検診受診後、3日間排便を避けてください。

※生理期間中は、排便を避けてください。

※受付時間内に検診会場へ提出してください。(検診会場以外での提出はできません)

結核健康診断・肺がん検診

(胸部エックス線撮影)

[完全予約制]

時 肺がん(結核)検診受診票

費 300円

※妊娠中、または妊娠の可能性がある方は受診できません。

高齢者インフルエンザ予防接種を実施します

時 昨年度、八街市の予防接種をされた方、新たに65歳になられる方(昭和29年10月1日～昭和30年9月30日生まれ)に個別で通知をします。

接種を希望される方は、医療機関で予約のうえ、接種してください。

実施期間 10月1日(木)～12月31日(木)

※年末の休診日は、医療機関でご確認ください。

実施場所 市内委託医療機関

※市外で接種を希望する場合は、医療機関または健康増進課に確認してください。

対 ①65歳以上の方

②60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能または、ヒト免疫不全ウイルスによる機能の障害があり、このいずれかの身体障害者手帳1級を所持している方

自己負担金 1200円

※昨年度接種されなかった方で、今年度希望する場合は、健康増進課へご連絡ください。

10月からロタウイルスワクチンの定期予防接種が始まります

令和2年8月生まれのお子さんには、9月下旬に予防接種を通知しました。

令和2年7月31日までに生まれたお子さんは、引き続き一部助成の対象となります。

対 令和2年8月1日以降に生まれた方

対象の方には、個別通知や窓口などでお知らせします。

宿泊型産後ケアで母子を支援します

時 出産後に家族から十分な支援を受けることがむずかしく、育児に不安があり支援を必要とする母子に対して医療機関の空きベッドを利用し、心身のケアや育児などの支援をします。

利用日数は、1泊2日～6泊7日以内です。

対 次の条件にすべて該当する方

・八街市在住

・産後2カ月までの母子

・家族の十分な支援が受けられず母親の体調不良や育児不安がある

・母子ともに医療管理の必要がない

場 東千葉メディカルセンター(1組1室の個室)

費 1泊2日の場合

課税世帯… 12000円

非課税世帯… 6000円

生活保護世帯… 負担金なし

即実践!!自宅でもできる簡単ストレッチ&ウォーキング教室

毎日の生活の中で運動不足

と感じている方、何か運動を始めたいと思われる方。効果的なウォーキングやストレッチなどを行い、日々の健康づくりに取り入れませんか。

時 10月29日(木) 午後1時30分～4時

場 スポーツプラザ

内 運動実技(ウォーキング・ストレッチ・筋トレ)、ミニ講話

対 40～69歳の方

定 20人

対 10月16日(金)

※申込締切後に抽選し、受講決定者に文書でお知らせします。

中高年のためのリズム体操・ストレッチ&栄養講話

時 市民の健康づくり活動を行う保健推進員が、中高年の運動不足解消や健康維持のために、楽しく身体を動かせるリズム体操・ストレッチと食生活のポイントをご紹介します。

時 ①10月13日(火)②11月16日(月) 各日午前10時～11時30分(全2回)

※②は「しっかり食べてフレイル予防」のミニ講話があります。

場 総合保健福祉センター

対 中高年で両日参加できる方

定 10人(先着順)

時 10月8日(木)

血糖値が気になる方の糖尿病予防教室

時 糖尿病は、自覚症状がないため、気づかないうちに進行し、さまざまな合併症が起きます。合併症を防ぐために

生活改善に取り組みませんか。

時 ①11月9日(月) 午後②11月25日(水) 午前③令和3年2月15日(月) 午後(全3回)

※このほか個別面接日もあり。

場 総合保健福祉センター

内 糖尿病に関する基礎知識・運動・食事・歯の講話、運動実技、個別に行動目標を決めて生活改善に取り組み。

定 12人(先着順)

対 HbA1c 5.8%以上 または空腹時血糖 110mg/dl以上で、40～69歳の方

・全日程に参加できる方

対 10月23日(金)

※各教室は感染症対策を実施したうえで開催します。災害や感染症により中止になる場合があります。

生活改善に取り組みませんか。

時 ①11月9日(月) 午後②11月25日(水) 午前③令和3年2月15日(月) 午後(全3回)

子育て親子の交流の場

時 およこサロン「ひまわり」 月曜～金曜日 午前9時～正午 午後1時～4時

場 総合保健福祉センター 3階

時 スポーツプラザ 10月2日(金)・7日(水)・9日(金)・14日(水)・16日(金)・23日(金)・28日(水)・30日(金)

場 スポーツプラザ2階

時 第1会議室 午前9時～午後4時

場 第1会議室

時 9時～11時30分は、子育て支援サポーターがいます。

※新型コロナウイルス感染症の影響により中止する場合があります。

子育て支援課

☎ 443・1693

地域包括支援センターからのお知らせ

高齢者虐待を防ぎましょう

高齢者が認知機能や身体機能の低下により、日常生活が送ることが難しくなる場合があります。軽減らす。悪循環を止めるには、抱え込まないで、叩いていない、世話をしていない、部屋に閉じ込めている、本人以外のためにしている、下半身を裸にしたまま

生命・身体に重大な危険が生じているような高齢者虐待を発見した場合、迷わず通報をお願いします。(通報者の秘密は厳守します)

地域包括支援センター ☎443-1207 南部地域包括支援センター ☎308-3426

記号の見方

時 日時

場 会場

内 内容

対 対象

定 定員

費 費用

申 申し込み

縮 締め切り

持 持ち物

問 問い合わせ

FAX 444・0815