

# 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

## 子宮頸がん(個別検診)実施中

### 対象者

①平成14年3月31日以前に生まれた女性のうち、偶数年齢に該当する方(年齢は令和4年3月31日時点)  
②無料クーポン券対象者  
(平成12年4月2日～平成13年4月1日生まれの女性)

### 検査方法

子宮頸部の細胞診

### 実施期限

令和4年2月28日(月)

※遠藤内科医院は、7月～10月までの実施となります。  
※2月は混み合いますので、早めの受診をお勧めします。

### 指定医療機関

- ・遠藤内科医院
- ・新八街総合病院婦人科
- ・ひきたクリニック

### 受診方法

問診票と現住所が明記されている健康保険証をお持ちになり、受診をしてください。

### 自己負担金

2000円

※他の検査が必要となった場合やご相談がある場合は、別途費用がかかります。

◎子宮頸がん「集団検診」は、7月に実施して終了しました。

## 10月から高齢者インフルエンザ予防接種が始まります

昭和31年9月30日以前に生まれた方に個別通知をします。また、接種希望の方は、医療

機関に予約したうえで接種してください。

### 対象者

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り、この4つのいずれかの身体障害者手帳1級を所持している方

### 実施期間

10月1日(金)～12月31日(金)

※年末は、医療機関が休診する場合がありますので、確認のうえ接種してください。

### 自己負担金

1200円

### 実施場所

市内医療機関 ※市外で接種を希望される場合は、医療機関または健康増進課で確認をしてください。

※実施期間内に65歳の誕生日を迎えられて接種を希望される方は、健康増進課にご連絡ください。

### すくすく相談 ※予約制

保健師・栄養士・歯科衛生士が、育児に関するさまざまな相談に応じます。相談は無料です。

- ・体重の増え、身長伸びが気になる。
- ・ミルクの飲みが少ない、離乳食が進まない。
- ・ことばが遅い、発達が心配。
- ・歯磨きが上手にできないなど

9月27日(月)

午後1時30分～3時

総合保健福祉センター

対1歳6カ月未満のお子さんとその保護者

対母子健康手帳・バスタオル

対実践!!自宅でもできる簡単ストレッチ&ウォーキング教室

対コロナ禍で、運動不足や食生活の乱れ、ストレスなどから、体力・免疫力の低下や生活習慣病発症のリスクが高まるなど、健康二次被害が心配されます。

対運動不足解消や健康維持のために、効果的なウォーキングやストレッチなどを楽しく体験して、日々の健康づくりに取り入れてみませんか。

対10月7日(木)

対午後1時30分～4時

対スポーツプラザ

対運動実技(ウォーキング・ストレッチ・筋トレ)・ミニ講話

対40～69歳で市民の方

対20人(先着順)

対9月29日(水)

対中高年のためのリズム体操・ストレッチ&栄養講話

対市民の健康づくり活動を行う保健推進員が、コロナ禍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。

対10月8日(金)・18日(月)

対各日午前10時～11時

対10月18日(月)は「しっかり食べてフレイル予防」のミニ講話も行います。

対総合保健福祉センター

対中高年で両日参加できる方

対9月24日(金)

対10人

対9月24日(金)

対8街かいたく保育園でも開催

対はちみつROOMが

対はちみつROOMは、1歳までのお子さんとママを応援するお部屋で、総合保健福祉センターと明德やちまたこども園に加えて、八街かいたく保育園子育て支援センターでも月に1回開催します。日時などは、市ホームページでご確認してください。

対八街かいたく保育園

対場八街かいたく保育園

対内計測、手形・足形取り、手作りおもちゃ、お昼寝アイト、ベビーマッサージなど

対1歳までのお子さん

対3組(予約制)

対母子健康手帳・ミルク・おむつ・おしりふき・バスタオルなど

対※申込多数の場合は、抽選となります。

対子育て世代包括支援センター

対にじいろ(健康増進課内)

対☎443・1631

対母子健康手帳の交付は

対事前に予約をお願いします

対母子健康手帳の交付を妊婦の方の待ち時間を短縮するとともに、新型コロナウイルス感染症リスクを減らすため予約制とします。原則、予約をしてから来庁してください。

対予約受付日時・場所

対祝日を除く月曜～金曜日

対午前9時～午後4時

対子育て世代包括支援センター

対にじいろ(健康増進課内)

対お持ちになるもの

対本人が申請する場合

対本人確認書類(運転免許証、健康保険証、在留カードなど)

対妊娠を証明できる書類(妊娠証明書、エコー写真など)

対妊婦の家族が申請する場合

対申請者本人確認書類(運転免許証、健康保険証、在留カードなど)

対委任状(市ホームページよりダウンロードできます)

対「こんにちは保健センターです」の掲載内容については、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。

対おやさろん「ひまわり」

対祝日を除く月曜～金曜日

対午前9時30分～正午

対午後1時～3時30分

対朝陽幼稚園内

対就学前の幼稚園・保育園に通園していないお子さんとその保護者

対5組

対(予約制・1時間まで)

対予約申込・相談先

対☎090・4420・5858

対※電話相談も受け付けています。

対※入室時に検温・手指消毒・保護者の方はマスクの着用をお願いします。

対※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。

対園子育て支援課

対☎443・1693

## 地域包括支援センターからのお知らせ

対講座 認知症の理解を深め、生活の質を向上させるための講座を開催します。9月29日(水)午前9時～10時15分

対家族交流会 介護者家族の悩みを語り合い、気持ちを軽くしていきませんか。9月29日(水)午前10時30分～正午

対認知症の方を介護する方 手指消毒のうえ、マスクを着用してください。9月29日(水)午前10時30分～正午

記号の見方

対日時

対会場

対内容

対対象

対定員

対費用

対申し込み

対締め切り

対持ち物

対お問い合わせ

対FAX