

健康の掲示板

弘前市保健センター（健康づくり推進課内、野田2丁目） ☎ 37・3750

母子保健

母子健康手帳の持参を。場所は弘前市保健センター（各指定医療機関での個別健診を除く）で、料金は無料です。なお、発熱など体調不良の場合は、次回に受診してください。★は対象者に受診票を送付します。

名称	とき	内容	対象	申込先
健乳健康幼児健診の	4か月児★ 7か月児★	各指定医療機関での個別健診		
	1歳6か月児	10月24日・25日/受付=午後0時30分~1時15分	平成29年4月生まれ	
	3歳児	10月10日・11日/受付=午後0時30分~1時15分	平成27年3月生まれ	
	1歳児歯科 2歳児歯科★	10月17日・18日/受付=午後0時30分~1時 対象=平成28年4月生まれ…各指定歯科医療機関での個別健診	平成29年10月生まれ	
離乳食教室	10月23日(火)、午後1時~2時30分/受付=午後0時30分~1時	離乳食講話/育児相談 ※母子健康手帳、赤ちゃんに必要なもの(バスタオル、おむつ、ミルクなど)の持参を。	平成30年5月生まれ	10月1日~19日に、弘前市保健センターへ。

検診 病気の早期発見、早期治療のために、健(検)診を受診しましょう。年度内で対象になった歳に年1回、下記の料金で受診できます。

健(検)診名	内容	対象・料金など
がん検診	胃がん検診	胃部エックス線検査 40歳以上、1,000円(市の国保加入者は500円) 胃内視鏡検査 50歳以上(2年に1回偶数歳)、3,000円(市の国保加入者は1,500円) ※対象者には受診券を送付済み。
	大腸がん検診	便潜血反応検査 40歳以上、500円(市の国保加入者は250円)
	肺がん検診	胸部エックス線検査 40歳以上、400円(市の国保加入者は200円)、問診により喀痰(かくたん)検査あり
	子宮がん検診(女性)	子宮頸部細胞診 20歳以上の女性(2年に1回偶数歳)、700円(市の国保加入者は350円)
	乳がん検診(女性)	マンモグラフィー検査 40歳以上の女性(2年に1回偶数歳)、700円(市の国保加入者は350円)
	前立腺がん検診(男性)	血液検査(PSA値測定) 50歳以上の男性(2年に1回偶数歳)、500円(市の国保加入者は250円)
その他の健(検)診	国保特定健診	身体計測、血圧、血中脂質、肝機能、血糖、尿検査など 40歳~74歳の国保加入者、無料(生活習慣病の早期発見早期治療に着目した健診、対象者には受診券を送付済み)
	後期高齢者健診	後期高齢者医療制度加入者、無料(生活習慣病の早期発見早期治療に着目した健診、対象者には受診券を送付済み)
	結核検診	胸部エックス線検査 65歳以上、無料
	肝炎ウイルス検診	血液検査(HCV抗体検査・HBs抗原検査) 40歳以上(B型・C型ウイルス検査や治療を受けたことがない人)、500円

※70歳以上の人、生活保護受給世帯の人、住民税非課税世帯の人(世帯全員が非課税)、65歳~69歳で後期高齢者医療制度に加入している人は各種健(検)診料金が無料です。

★受診場所

弘前市医師会健診センター	胃・大腸・肺・子宮・乳・前立腺がん検診、骨密度検診、結核検診、肝炎ウイルス検診、胃がんリスク検診、国保特定健診、後期高齢者健診が受診できます。☎フリーダイヤル0120・050・489、平日午前8時~午後4時(正午~午後1時を除く)へ。
ヒロロ3階	10月26日、11月9日 特定健診・後期高齢者健診、胃・大腸・肺・前立腺がん検診が受診できます。受診希望日の1週間前までに、健康づくり推進課へ。 ※定員になり次第締切。
市内医療機関	胃・大腸・子宮・乳・前立腺がん検診、骨密度検診、結核検診、肝炎ウイルス検診、胃がんリスク検診、特定健診、後期高齢者健診は、各医療機関でも受診できます。詳細は「健康と福祉ごよみ」を確認してください。

※市内に住所を有する協会けんぽ加入者(被扶養者)は、協会けんぽの特定健診とがん検診等を同時に受診できる場合があります。詳しくは申し込み時に確認を。

検診名	とき	対象	料金	問い合わせ・申込先
20・30代健診	10月9日・12日・15日・17日・25日・27日・29日、11月1日 ※10月25日は託児日(乳幼児10人まで)	20歳~39歳(職場で生活習慣病に関する健診を受診できる人は除く)	500円 (市の国保加入者は無料)	受診希望日の1週間前までに、健康づくり推進課へ(次月以降の受診日は、問い合わせを) ※それぞれ定員になり次第締め切り。受診場所は医師会健診センター。
	身体計測、血圧、血液検査(血中脂質、血糖など)、尿検査など生活習慣病の早期発見、早期治療に着目した健診			

定期予防接種など

【子どもの定期接種】

定期接種は、対象年齢から外れると有料になりますので、対象の年齢になったら早めに受けましょう。

来年度小学校に入学する予定の幼児は、麻しん風しん混合2期など、受けていない予防接種がないか、母子健康手帳で確認しましょう。

小学校5・6年生の児童には、学校を通して2種混合予防接種のお知らせを配布しています。11歳になったら早めに接種しましょう。

【高齢者肺炎球菌感染症の予防接種】

対象者には個別に通知していますが、過去に23価肺炎球菌ワクチンの接種を受けたことのある人は対象から外れますのでご注意ください。

接種の際は、指定医療機関に問い合わせの上、送付された予診票を忘れずに持参してください。

▽接種期間 平成31年3月31日まで

▽費用 5,000円(自己負担)

※生活保護受給者は無料。

【小児インフルエンザワクチンの接種費用を助成】

対象者には、インフルエンザ予防接種1回分無料の助成券を発行します。内容をよく読んで、接種時まで大切に保管してください。

▽接種期間 10月1日~平成31年1月31日

▽対象 生後6か月以上7歳未満の未就学児

※接種の際は、助成券と母子健康手帳を忘れずに医療機関に提出してください。

【風しん抗体検査とワクチン接種費用を全額助成】

市内に住所を有し、平成2年4月1日以前に生まれた、妊娠を予定している女性および風しん抗体価が低い妊婦の同居家族を対象に助成を行っています。詳しくはお問い合わせください。

各種無料相談

ヒロロすこやか相談

▽とき 10月15日(月)
午前10時~10時30分
※相談が複数ある人は、早めにおい

てください。
▽ところ 駅前こどもの広場(駅前町、ヒロロ3階)
▽内容 育児、母乳、食事や栄養、歯みがきなどの相談
▽対象 0~5歳児の家族
▽持ち物 母子健康手帳、歯の相談希望者は普段使っている歯ブラシ
※事前の申し込みは不要。

こころの健康相談

本人や家族のこころの悩み、家族を自死で亡くした人の悩みについて、保健師が相談に応じます。

▽とき 10月16日(火)

午前9時~11時

▽ところ 弘前市保健センター

▽申し込み方法 電話で、弘前市保健センター(☎37・3750)へ。

※「こころの病気」の治療をしていない人を優先します。現在治療中の人は、まず主治医に相談してください。

のびのび子ども相談

▽とき 10月31日(水)、午前9時30分~午後3時(受け付けは午後2時まで)

※時間予約制。相談が終わり次第終了。

▽ところ 弘前市保健センター

▽内容 発達相談(ことばが遅い、落ち着きがないなど)

▽対象 1歳以上の幼児とその家族

▽持ち物 母子健康手帳

▽申し込み方法 10月9日~30日に、電話で、健康づくり推進課(☎37・3750)へ。

その他

健やか女子クッキング教室

▽とき 10月20日、11月10日の午前10時30分~午後1時
※2日間で1セットの講座です。

▽ところ ヒロロ(駅前町)3階健康ホール

▽内容 講話と調理実習(花のり巻き、アンパンマンのり巻きほか)

▽対象 市内在住の20歳~40歳の女性=10人(先着順、託児は5人まで)

▽参加料 無料

▽持ち物 エプロン、三角巾、はし、筆記用具
▽申し込み方法 10月5日~15日に、健康づくり推進課(☎37・3750)へ。



青森県赤十字血液センターからのお知らせ

【キャンペーン】

献血ルームで、朝に献血する「朝献キャンペーン」を実施中です。

平日午前中の時間帯に成分献血の予約をし、当日献血をした人へ青森県のご当地焼干しラーメンをプレゼントします。

※記念品は先着順で、時期により変わります。

詳しくは弘前献血ルーム CoCoSA(☎フリーダイヤル0120・768・489)へ問い合わせを。

【若年層献血】

10~30代の献血者数が減少しています。今後、少子高齢化で輸血を必要とする高齢者の割合はますます増えていくことから、若い世代の献血の協力が特に必要となっていきます。献血へのご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

▽ところ 弘前市保健センター

▽内容 発達相談(ことばが遅い、落ち着きがないなど)

▽対象 1歳以上の幼児とその家族

▽持ち物 母子健康手帳

▽申し込み方法 10月9日~30日に、電話で、健康づくり推進課(☎37・3750)へ。

▽内容 講話と調理実習(花のり巻き、アンパンマンのり巻きほか)

▽対象 市内在住の20歳~40歳の女性=10人(先着順、託児は5人まで)

▽参加料 無料

【研修室貸出】

弘前献血ルーム CoCoSAでは、献血推進に協力できる各種団体および個人に、献血ルームと同じフロアにある多目的会議室を無料で貸し出ししています。利用希望者は、弘前献血ルーム CoCoSA(☎フリーダイヤル0120・768・489)へ申し込みを。

■問い合わせ先 青森県赤十字血液センター(島田さん、☎青森017・741・1512)