



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。★は対象者に健康診査票を送付します。

名称	とき	対象・定員	申込先
乳幼児の健康診査	各指定医療機関での個別健診		
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	12月20日・21日/受付=午後0時半～1時半	平成28年6月生まれ	
3歳児	12月6日・7日/受付=午後0時半～1時半	平成26年5月生まれ	
1歳児歯科	12月13日・14日/受付=午後0時半～1時	平成28年12月生まれ	
2歳児歯科★	対象=平成27年6月生まれ…各指定歯科医療機関での個別健診		
離乳食教室	12月22日（金）、午後1時～2時半/受付=午後0時半～1時 離乳食講話・グループレッスン/育児相談 ※母子健康手帳・バスタオル・おむつ・ミルクの持参を。	平成29年7月生まれ =25組（先着順）	12月5日から弘前市保健センターへ。



検診

早期発見、早期治療のために年1回は、健（検）診を受けましょう。

★40歳以上の健（検）診（職場で受診できる人は除く）

名称（受診場所）	受診日 内容	問い合わせ先	料金
がん検診および各種健診（医師会健診センター）	通年（12月5日～平成30年3月15日） 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、特定健診、後期高齢者健診	弘前市医師会健診センター（☎フリーダイヤル0120・050・489、平日午前8時から午後4時（正午～午後1時を除く））	胃がん 1,000円 大腸がん 500円 肺がん 400円 子宮がん 700円 乳がん 700円 前立腺がん 500円 骨密度 300円 肝炎ウイルス 500円 その他 無料
医療機関での検診	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」をご覧ください。		

※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診料金が無料です。また、市国保加入者の人は、各がん検診料金が半額となります。

★18歳～39歳の健（検）診（職場で受診できる人は除く）

名称（受診場所）	受診日 内容	問い合わせ先	料金
女性の健康診査（医師会健診センター）	12月13日・21日（次月以降はお問い合わせを） ※12月21日は託児日で乳幼児10人まで。 女性のみ。血液検査、尿検査、内科診察、骨密度検査などの健診 ※妊娠中やその疑いのある人は受診できません。	受診希望日の1週間前までに健康づくり推進課（☎37・3750、土・日曜日、祝日を除く午前8時半～午後5時）へ。それぞれ定員になり次第締切。	800円
国保40歳未満の健診（医師会健診センター）	12月1日、2日、6日、8日、11日、12日、14日～16日、18日、20日、22日（次月以降はお問い合わせを） 国保加入者の男性のみ。腹囲測定、血液検査、尿検査、内科診察などの健診		無料

★節目健（検）診（今年度対象になっている人はぜひ受診を）

名称	対象（年度内年齢）	内容
胃がんリスク検診	40歳、45歳、50歳、55歳	血液検査で胃がんの原因となるピロリ菌感染の有無や胃粘膜の状態を調べる検査です。対象の人には無料受診券が送付されています。
成人歯科健診	30歳、40歳、50歳、60歳、70歳	むし歯や全身にも影響のある歯周疾患の早期発見、口腔内の健康度をチェックします。対象の人には無料受診券が送付されています。
骨密度検診	40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の女性	ホルモンの影響で骨粗しょう症のリスクが高い女性に対して実施しています。医師会健診センター、医療機関で受診できます。
肝炎ウイルス検診	40歳 ※ただし、過去にB型およびC型ウイルス検査や治療を受けたことがない人。	血液検査でがんの原因にもなる肝炎ウイルスの有無を調べる検査です。医師会健診センター、医療機関で受診できます。



定期予防接種など

【B型肝炎・ヒブ・小児肺炎球菌・4種混合・不活化ポリオ・BCG・水痘・麻疹風しん混合・日本脳炎・2種混合・子宮頸がん予防ワクチン】

通年接種です。「健康と福祉ごよみ」で接種年齢や指定医療機関を確認し、体調のよい時に計画的に接種しましょう。接種年齢から外れると有料になりますので、ご注意ください。

平成30年度小学校に入学予定で、麻疹風しん混合2期の予防接種をまだ済ませていない幼児は、年度内に忘れずに接種しましょう。

【小児インフルエンザワクチンの接種費用助成】

生後6か月以上7歳未満までの未就学児を対象に、インフルエンザ予防接種の2回接種のうち、1回分の接種費用を助成します。対象者には助成券を発行しますので、接種時まで大切に保管してください。

▽実施期間 平成30年1月31日まで

※予防接種の際は、助成券と母子健康手帳を必ず医療機関に持参してください。

【高齢者インフルエンザ予防接種】

65歳以上の人、および60歳から64歳の人で心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能に障がいのある人（身体障害者手帳1級程度）を対象に、季節性インフルエンザ予防接種を一部公費負担します。

▽実施期間 12月31日まで

▽自己負担 1,600円（生活保護受給者は無料）

※接種を希望する人は、直接医療機関に問い合わせを。

【高齢者肺炎球菌感染症の予防接種】

対象の人にはお知らせしていますが、すでに23価肺炎球菌ワクチンの接種を受けた場合は対象から外れます。

【風しん抗体検査とワクチン接種費用を全額助成】

▽実施期間 平成30年3月31日まで

▽対象 市内に住所を有し、平成2年4月1日以前に生まれた人で、妊娠を予定している女性と、風しん抗体価が低い妊婦の同居家族。

※過去に風しんにかかったり、助成を受けたことがある場合は対象外。

▽申請方法 健康づくり推進課で事前に申請を。



お知らせ

【世界エイズデー】

12月1日は「世界のエイズデー」です。保健所では、エイズの相談・検査ができます。世界エイズデーの今年のキャンペーンテーマは「UPDATE！エイズのイメージを変えよう」です。HIV・エイズの正しい知識を得て、「予防、検査、治療、支援、理解」に努めましょう。詳しくは、電話または青森県庁ホームページ「相談・検査（青森県"STOP AIDS"）」でご確認ください。

☎弘前保健所（☎38・2389）

【第11回弘大病院がん診療市民公開講座】

▽とき 12月17日（日）、午後1

時～3時半

▽ところ 市民会館（下白銀町）大会議室

▽内容 「進歩する肺がん薬物療法～個別化治療、免疫療法を中心に～」…講師・當麻景章さん（弘前大学医学部附属病院呼吸器内科講師）、「血液がんのいろいろ」…講師・玉井佳子さん（弘前大学医学部附属病院輸血部診療教授）

▽定員 100人

▽参加料 無料

※事前の申し込みは不要。

☎弘前大学医学部附属病院がん相談支援センター（高谷さん、☎39・5174）

【ゲートキーパーフォローアップ研修会】

傾聴の技法を学び、誰もが安心して暮らせる地域を一緒に作りませんか。

▽とき 12月26日（火）

午後1時半～3時半

▽ところ 弘前市保健センター（野田2丁目）

▽内容 傾聴の技法の修得

▽対象 市民で、ゲートキーパー講座を受けたことがある人、傾聴の技法を学びたい人=50人

▽講師 田中真さん（弘前大学大学院保健学研究科助教）

▽受講料 無料

☎12月19日までに、健康づくり推進課（弘前市保健センター内、☎37・3750）へ。



各種相談

名称	内容	とき	ところ
健やか育児相談	①子育て相談（育児、食事、歯みがき、母乳について） ②講座「トイレトレーニングのお話」（時間は午前10時半～10時50分）	12月18日（月）、午前10時～11時45分（受け付けは午前11時まで）	駅前こどもの広場（駅前町、ヒロコ3階）
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	12月19日（火）、午前9時～11時（事前の予約が必要）	弘前市保健センター（野田2丁目）
のびのび子ども相談	発達相談（ことばが遅い、落ち着きがないなど）。対象は市民で1歳以上の幼児とその家族。母子健康手帳の持参を。	12月19日（火）、午前9時半～午後3時（受け付けは午後2時まで。12月1日～18日に、事前の予約が必要）	
健康相談・禁煙相談	生活習慣病の予防、健診結果、禁煙など、健康や栄養について	弘前市保健センター=12月18日/ヒロコ（駅前町）3階健康エリア=12月8日・20日・24日 ※時間はいずれも午前9時～11時。2日前（12月24日のみ3日前）までに、事前の予約が必要。	