



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
	内 容		
乳幼児の健康診査	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	3月20日・22日／受付＝午後0時30分～1時15分	平成29年9月生まれ
	3歳児	3月13日・14日／受付＝午後0時30分～1時15分	平成27年8月生まれ
	1歳児歯科	3月6日・7日／受付＝午後0時30分～1時	平成30年3月生まれ
	2歳児歯科★	対象＝平成28年9月生まれ…各指定歯科医療機関での個別健診	
	3月26日（火）、午後1時～2時30分／受付＝午後0時30分～1時	平成30年10月生まれ	3月1日～22日に弘前市保健センターへ。
離乳食教室	離乳食講話、試食（保護者のみ）、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。		



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。

	検診名	内 容	対 象 ・ 料 金 等
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
節目健診	胃がんリスク検診（受診期間：5月1日～3月31日）	血液検査	40歳、45歳、50歳、55歳（ピロリ菌感染の有無や胃粘膜の状態を検査） 無料（対象者に無料受診券を送付済み）
	成人歯科健診（受診期間：7月1日～3月31日）	歯周疾患検査	30歳、40歳、50歳、60歳、70歳（歯周疾患の早期発見、口腔内の健康度のチェック） 無料（対象者に無料受診券を送付済み）、健診後の治療費は自己負担
	骨密度検診（女性）	骨密度測定	40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の女性
			300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。予約は☎フリーダイヤル0120・050・489、平日の午前8時～午後4時（正午～午後1時を除く）へ。
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	問 い 合 せ ・ 申 込 先
	内 容	料 金	
20・30代健診	3月7日・9日・12日・14日 ※3月14日は託児日（乳幼児10人まで）。 ※3月7日は女性限定日。	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）	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	500円（市の国保加入者は無料）	



定期予防接種など

【子ども予防接種週間】

3月1日～7日は、子ども予防接種週間です。通常の診療時間内に予防接種を受けられない人に対して、3月2日・3日も定期の予防接種を実施します。接種の際は、弘前市医師会事務局（☎32・2371）へお問い合わせください。

【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、体調のよい時に早目に接種しましょう。

4月から小学校に入学する予定で、麻しん風しん混合2期の予防接種を済ませていない幼児は、3月31日までに忘れずに接種しましょう。小学校6年生の児童で、まだ2種混合（ジフテリア・破傷風）を受けていない人は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】

肺炎は、季節を問わず誰でもかかる可能性があり、かかると急激に症状が進んでしまうことがあります。助成を受けることができる対象の人で、今年度まだ接種していない人にははがきで再通知しています。過去に1回も接種したことがない人は、この機会に接種しましょう。

▽接種期間 3月31日まで
▽自己負担 5,000円（生活保護受給者は無料）

【風しん抗体検査とワクチン接種費用を全額助成】

風しん抗体価が低い妊婦とお腹の赤ちゃんを守るために助成を行っています。

▽対象 弘前市に住所を有し、平成



各種相談

名 称	内 容	と き	と ころ
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。	3月18日（月）、午前9時30分～午後3時（受け付けは午後2時まで。3月4日～15日に、事前の予約が必要）	弘前市保健センター（野田2丁目）
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	3月19日（火）、午前9時～11時（事前の予約が必要）	
ヒロロすこやか相談	育児、母乳、食事や栄養、歯みがきなどの相談。対象は0～5歳児の家族。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の持参を。	3月25日（月）、午前10時～11時30分（受け付けは午前10時30分まで）	駅前こどもの広場（駅前町、ヒロロ3階）

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
※健康づくり推進課窓口で事前に申請が必要です。



その他

3月は自殺対策強化月間です

市立図書館（下白銀町）で、3月21日まで「ゲートキーパー（命の門番）」に関する展示や、「いのち」「支えること」「傾聴」をテーマとした図書の展示を行います。この機会に図書館へ足を運び、いのちとこころの大切さについて考えてみませんか。

また、市では自殺対策として、こころの健康相談（下表参照）や出前講座「誰でもゲートキーパー講座」も実施していますので、ぜひご利用ください。

4月から1歳6か月児健診の受診方法が変わります

健診の受診方法がこれまでの弘前市保健センターでの集団健診方式から、各指定医療機関での個別健診と、弘前市保健センターでの集団健診の2段階方式に変わります。対象者には、健診対象月のおおむね1カ月前にお知らせしますので、内容を確認の上、受診してください。

【個別健診】

▽健診内容 ①問診、②身体計測、③小児科診察
▽受診場所 市で指定する医療機関（詳細は対象者に個別に通知）
▽健診日 希望の医療機関に問い合わせの上、1歳6か月到達日以降に受診してください

【集団健診】

▽健診内容 ①問診、②歯科健康診査、③栄養指導、④ブラッシング指導、⑤予防接種相談、⑥発達相談、⑦保健指導

▽受診場所 弘前市保健センター
▽健診日 個別健診受診後に、指定の健診日に受診してください（日程の詳細は事前に個別で通知するほか、健康と福祉ごよみをご参照ください）

70歳からの健康講座「ヘルシーエイジング」

▽とき 4月8日～9月23日の第2～第4月曜日（全18回）、午後1時15分～3時30分（最終日は午後4時30分まで）

▽ところ ヒロロ（駅前町）3階健康ホール

▽内容 ひろさき健幸増進リーダーによる高齢者向け体操や手具を使った運動、歌唱指導、創作活動、健幸講話

▽対象 70歳以上の市民＝約50人

▽参加料 2,500円（全18回）
※別途材料費等発生する場合あり。

▽申し込み方法 往復はがきに、住所・氏名・年齢・電話番号を記入の上、3月20日（必着）までに、ヘルシーエイジング（☎036・8231、稔町14の1、齋藤紀宛て）へ申し込みを。

■問い合わせ先 ヘルシーエイジング（齋藤さん、☎34・2649）
※留守番電話の際は折り返し連絡しますので、電話番号をお知らせください。

