

まだの方はお早めに 個別検診は2/29(木)まで

申し込みをされた方で
受診がまだの方は、早めに受診しましょう。
新規申し込みも受け付けています。

子宮頸がん検診

対象 20歳以上の女性
自己負担金 1700円

乳がん(マンモ)検診

対象 40歳以上の女性(2年に1回)
自己負担金 3500円

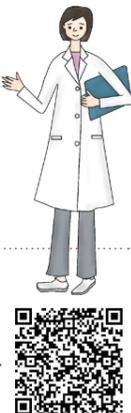
歯周病検診

対象 20～74歳の方
(歯周疾患の治療中でない方)
自己負担金 無料

受診場所 市内の対象医療機関

※対象年齢は、R6.3.31現在の年齢

対象医療機関や申し込み方法など
詳しくは、こちら▶

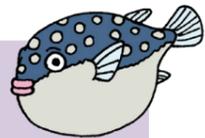


予約・問い合わせ先 保健推進課 28-6054

死に至ることも… フグの素人料理は危険です

12月は「ふく中毒防止月間」

フグの毒は、塩もみしたり
加熱したりしても、無(弱)毒化できません。
フグを自分で調理したり
人にあげたりしないでください。



有毒部位を食べると…

食後20分から3時間程度で
しびれや麻痺症状が現れます。
麻痺症状は、口唇から四肢、全身に広がり
重症の場合は、呼吸困難で死亡することがあります。

問い合わせ先 県薬務衛生課 089-912-2395

からだところの 健康相談(無料・予約制)

12/19(火)・1/16(火)
9:00～11:00
保健センター

内容 健康相談、血圧測定
血管年齢測定 など

対象 市内在住の方



予約・問い合わせ先 保健推進課 28-6054

インフルエンザに注意!

予防接種や基本的な感染対策をしましょう。

マスク着用 うがい 手洗い 換気



発熱や喉の痛み、関節痛などの症状がある場合は
早めに医療機関を受診してください。

高齢者 インフルエンザ予防接種

自己負担金が1000円で
接種できる期間は12/31(日)までです。
ワクチンの在庫状況や予約方法、接種期限などは
医療機関によって異なります。
事前に医療機関へご確認ください。

対象 ・接種日に65歳以上の方
・60歳以上65歳未満で心臓や腎臓、
呼吸器などに重い病気のある方

接種場所 県内の対象医療機関

持参物 健康保険証
身体障害者手帳など

対象医療機関は、こちら▶



麻しん(はしか)風しん 混合予防接種(無料)

麻しん(はしか)風しん予防接種は
効果を高めるため2回接種する必要があります。

第1期 対象 1歳児
接種期限 2歳の誕生日前日

第2期 対象 H29.4.2～H30.4.1生まれ
接種期限 3/31(日)

※接種期限を過ぎると、全額自己負担になります

接種場所 対象医療機関

持参物 予診票、接種券、母子健康手帳

対象医療機関は、こちら▶



県外接種希望の方は
事前に申請が必要です。
詳しくは、こちら▶



問い合わせ先 医療対策課 28-6209

せきつい 脊椎圧迫骨折

いつのまにか骨折

気付かないうちに背骨が折れる「いつのまにか骨折」は、進行すると歩行が困難になり、生活の質の低下につながります。

あなたは大丈夫?

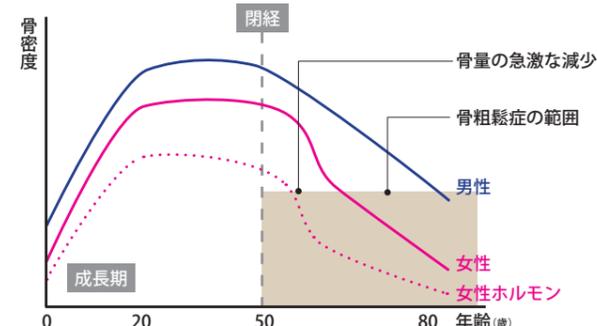
こんな症状ありませんか

- 最近、背中が曲がってきた
- 身長が縮んだ気がする
- 腰や背中が痛い

骨粗鬆症や脊椎圧迫骨折だけでなく、他の病気が隠れている可能性があります。

原因は骨密度が低下する骨粗鬆症

骨密度は、50歳近くから低下していきます。
特に女性は、閉経を機に急激に減少し
80歳以上の女性の約7割が骨粗鬆症だといわれています。



男女の年齢と腰椎骨密度の変化

予防1 バランスのとれた食生活

緑黄色野菜や海藻、
大豆製品を積極的に
取り入れましょう



予防2 少し負荷のかかる運動

ウォーキングなどの
ひざに負担のかからない
運動から始めてみましょう



問い合わせ先 保健推進課 28-6054

正しい食生活 学びませんか? 若者世代の料理教室(予約制)

12/16(土) 10:00～13:00
保健センター

内容 食生活についてのお話、調理実習 など

対象 中学生、高校生、大学生、専門学生

定員 25人

申込期限 12/12(火)

費用 300円

持参物 お米 70g、エプロン、三角巾
手拭きタオル、筆記用具



予約・問い合わせ先 保健推進課 28-6054

無料接種は今年度で終了(予定) 新型コロナワクチン接種

接種希望の方は、実施医療機関へ直接予約してください。

8月または9月に接種した方

「接種案内ハガキ」を随時発送しています。
ハガキの到着を待って、接種予約をしてください。

ご不明な点は、医療対策課(28-6208)へ
お問い合わせください。

ワクチン接種特設サイトは、こちら▶



問い合わせ先 医療対策課 28-6208