



健康・福祉



健康と福祉の講座・教室

いずれも参加無料。

講座名	期日	時間	場所	その他
ひきこもり家族学習会 「ひきこもり経験者の体験談を聞こう」	7/16(水)	14:00～16:00	市民会館	※ 6カ月以上ひきこもり状態のかたの家族 申 電話 問 ①
認知症の人と家族の会 ①あじさい会のつどい ②ナイトなつどい	①7/22(火) ②8/9(土)	①13:00～15:00 ②20:00～	①もりまちハートセンター ②オンライン	申 電話 問 ③
在宅医療講座 「教えて！在宅医療と介護」	7/23(水)	14:00～15:30	黒崎地区公民館	※ 市民 定 50人 申 電話、メール、FAX(826-3021) 問 ④
臨床心理士による こころの健康相談	7/24(木)	9:00～、10:00～ 11:00～	市役所11階 相談室	申 電話 他 家族の相談も可 問 ①
家族介護教室 ①介護技術 ②在宅医療と介護	①7/25(金) ②7/31(木)	13:30～15:30	大園団地集会所	定 ① 12人 ② 20人 申 電話 締 ① 7/18(金) ② 7/24(木) 問 ②
肺年齢測定とたばこに関する相談会	7/27(日)	10:00～12:00	南部市民センター	※ 市民(肺年齢測定は40歳以上) 定 12人 申 電話 締 7/24(木) 問 ⑤
新体力テスト	8/16(土)	10:00～12:00 (受け付けは11:00まで)	市民会館	※ 20～79歳の市民 締 室内シューズ 他 参加賞あり 問 ⑥
問い合わせ ①精神保健相談ダイヤル (☎ 829-1311) ②滑石・横尾地域包括支援センター (☎ 814-7770) ③認知症の人と家族の会 (☎ 845-2180) ④包括ケアまちなかラウンジ (☎ 893-6621) ⑤健康づくり課 (☎ 829-1154) ⑥スポーツ振興課 (☎ 824-3728)				



無料のがん検診を受けましょう

健康づくり課 ☎829-1154

対象者へ7月上旬に無料クーポン券を送付します。この機会に受診しましょう。

- ※ 【子宮頸がん検診】平成16年4月2日～17年4月1日生まれの女性
 【乳がん検診】昭和59年4月2日～60年4月1日生まれの女性
 ※ 対象のかたで、今年4月以降にすでに受診した場合は自己負担額を返金します。ご連絡ください。



高次脳機能障害についてご相談ください

精神保健相談ダイヤル ☎829-1311

脳卒中や交通事故などで脳にダメージを負った後、「物忘れや新しいことが覚えられない」「怒りやすい」などの症状で困っていませんか？
 もしかしら高次脳機能障害が原因かもしれません。外見上は目立たないため、適切な配慮がされにくいという特徴があります。一人で悩まず、まずはご相談ください。



介護保険施設入所者などの負担限度額認定証の更新

介護保険課 ☎829-1163

介護保険施設やショートステイを利用したときの食費・居住費は世帯の課税状況などに応じて減額される場合があります。それには「負担限度額認定証」が必要です。現在、交付している認定証の有効期限は7月末です。
 対象者には申請書を送付しているので、8月末までに更新手続きをしてください。



時 (予約受付) 平日 8:30～17:15

有効期限内の健康保険証 (特定健診は国民健康保険証と受診券)、マイナ保険証、資格確認書のいずれか1つ、無地のTシャツ (肺がん・胃がん)、バスタオル (子宮頸がん・乳がん)

申 けんしん予約センター (☎ 0120-411-311)

(歯科健診のみ) 口腔保健支援センター (☎ 829-1436)

定員に達し次第、受付終了。最新のけん診予定は、市ウェブサイトで。

日時	会場	国保	後期	がん検診						歯科健診	予約期間
		特定健診	健康診査	肺	大腸	胃	子宮頸	乳	前立腺		
8/26 ^火	9:45～11:45	野母地区公民館	○	○	○	○			○		7/29 ^火 ～31 ^木
	13:30～14:30	脇岬地区ふれあいセンター	○	○	○	○			○		
8/28 ^水	9:45～11:45	黒崎地区公民館	○	○	○	○			○		7/30 ^水 ～8/1 ^金
	13:30～14:30	出津地区ふれあいセンター	○	○	○	○			○		
8/29 ^金	9:45～11:45	南部市民センター	○	○	○	○			○	○	8/1 ^金 ～6 ^水
	13:15～14:45		○	○	○	○			○	○	
9/1 ^月	9:45～11:45	琴海南部文化センター	○	○	○	○			○	○	8/1 ^金 ～6 ^水
9/2 ^火		琴海文化センター	○	○	○	○			○		
	14:00～15:00	才木公民館	○	○	○	○			○		8/6 ^水 ～12 ^火
9/3 ^水	9:45～11:15	野母崎樺島地区ふれあいセンター	○	○	○	○			○		
9/4 ^木	9:45～11:45	高浜地区公民館	○	○	○	○			○		8/6 ^水 ～12 ^火
		黒浜公民館	○	○	○	○			○		
9/5 ^金	13:45～14:45	野母崎木場公民館	○	○	○	○			○		
	9:30～11:30	琴海文化センター					○	○			
	13:30～14:30										

肝炎ウイルスの検査を一生に一度は受けましょう

感染症対策室 ☎829-1172

7月28日～8月3日は肝臓週間、7月28日は日本肝炎デーです。肝がんの原因の約8割が肝炎ウイルスといわれています。

ウイルスに感染しても長期間症状が出ないことがあります。まだ検査を受けたことがないかたは、市内の委託医療機関を予約して検査を受けてみましょう。



詳しくはこちら▶

国民健康保険加入者の限度額適用認定証の更新

国民健康保険課 ☎829-1136

限度額適用認定証を病院などへ提示すると高額な医療費の支払いが限度額までに抑えられます。市・県民税非課税世帯のかたは入院時の食事代も減額されます。引き続き認定証が必要なかたは、8月1日以降に地域センターで申請してください。8月初旬は窓口が混み合うため、時間に余裕をもってお越しください。

国民健康保険資格確認書、マイナンバーが分かるもの、入院期間が分かる領収書や証明書 (長期入院のかた)

マイナ保険証利用者、70歳以上で医療費の負担割合が2割の市・県民税課税世帯のかたは申請不要。

※過去12カ月以内の入院日数が90日を超える市・県民税非課税世帯のかたが、入院時の食事代の減額を受ける場合は申請が必要。

♡ ウエルシュ菌による 食中毒に気を付けよう!

生活衛生課 ☎829-1155

ウエルシュ菌はカレーやシチューなどの煮込み料理で発生しやすいといわれています。次のことに注意しましょう。

- ・カレーなどは鍋底までよくかき混ぜて加熱する
- ・出来上がった料理はすぐに食べる
- ・残った食品は小分け後冷蔵保管する
- ・冷蔵保管した食品は再加熱する

♡ 「愛の血液助け合い運動」月間

健康づくり課 ☎829-1154

今年のテーマは「献血であなたは誰かのヒーローに」。献血の協力をお願いします。

🕒 午前9時30分～正午、
午後1時～5時

※成分献血は

午後4時30分まで

📍 献血ルーム・はまのまち



♡ 4月号折り込み「けんしん」 特集号の訂正と変更

国民健康保険課 ☎829-1225

6ページに掲載していた集団けん診の会場名に誤りがありました。訂正してお詫びいたします。また、日程も変更します。

正	7/30 [※] 福田地区ふれあいセンター
誤	7/17 [※] 福田地区公民館