

# Health INFORMATION

健康や各種健診  
についての  
お知らせです

いきいき  
健康



だより

総合福祉センター ☎ 42局8812 番

## 平成 22 年度の総合健診（特定健診・各種がん検診）のお知らせ



平成 22 年度に実施される健診の日程です。健（検）診は身体の状態をチェックできるよい機会です。対象者の人は、健（検）診項目・日程を確認し、ぜひ受けてください。

集団健（検）診の日程は、4月から11月です。4月14日と10月13日は託児がありますので、ご利用ください。

### ■集団健（検）診日程

	月 日	場 所	対象地区	受付時間など
春 の 健 診	4月12日(月)	総合福祉センター	新北・八尋 長谷・室木 新延・永谷 中山	午前 8時30分から 10時30分まで  ※結果説明会は 後日行います
	4月13日(火)			
	4月14日(水)			
	5月20日(木)			
	5月21日(金)			
	5月22日(土)	中央公民館	古門・弥生 猪倉・中山 小牧・木月 上木月	
	6月3日(木)			
	6月4日(金)			
	6月9日(水)			
	6月10日(木)			
7月12日(月)	総合福祉センター	町内全地区		
7月13日(火)				
秋 の 健 診	10月12日(火)	総合福祉センター	町内全地区	午前 8時30分から 10時30分まで  ※結果説明会は 後日行います
	10月13日(水)			
	10月14日(木)			
	11月14日(日)			
	11月15日(月)			
11月16日(火)				

### ■健（検）診内容・料金

健（検）診名	料金	対象者	
特定健診	500 円	40 歳以上の鞍手町国民健康保険加入者	
基本健診	500 円	18 歳以上 39 歳以下の または生活保護受給者	
肝炎ウイルス検診	300 円	18 歳以上	
肺がん検診	X線		100 円
	X線・喀痰		400 円
胃がん検診	500 円		
大腸がん検診	300 円		
子宮がん検診	400 円		
乳がん検診	視触診のみ		200 円
	視触診とマンモグラフィ		600 円
前立腺がん検診	200 円		50 歳以上
結核検診	無 料		65 歳以上

※生活保護受給者の人は健診当日、「診療依頼書」を忘れずにお持ちください。健（検）診料金が無料になります。

※乳がん健診（マンモグラフィ）を希望の人は隔年（2年に1回）で視触診との併用受診になります。

※女性特有のがん検診推進事業のクーポン券対象者となる人は、無料で子宮がん・乳がんの検診が受診できます。

## 申込方法

春の健診の申し込みはすでに終了していますが、5月以降は若干の余裕がありますので、お問い合わせください。

秋の健診は6月4日（金）までの申し込みとなっています。早めの申し込みをお願いします。

- **申し込み方法** 昨年、健診を受けた人には2月下旬に申込書を郵送しています。申込書が届いていない人はご連絡をお願いします。
- **その他** 65歳以上の人は基本チェックリストで「特定高齢者に該当する人」のみ追加で『介護予防健診（無料）』を受けていただきます
- **申し込み・問い合わせ** 総合福祉センターまで

## 乳がん検診

乳がん健診を総合健診で受診できなかった場合は、町立病院でも受診することができます。

- **対象者** 40歳以上の人
- **申し込み方法** 電話で直接申し込み（町のホームページでも予約をすることができます）
- **問い合わせ** 町立病院 ☎ 42局1231 番まで

健（検）診の申し込みはパソコンや携帯電話からできます。

町のホームページから申し込んでください。

※申し込みを行う際、送信後に返信メールが届きます。パスワードなどを入力し、再送信してください。再送信しないと本登録完了になりませんのでご注意ください。

鞍手町ホームページ <http://www.town.kurate.fukuoka.jp>

携帯電話 <http://k.shinseifukuoka.jp>

検索



携帯版はこちら



## 乳幼児健診・相談

4月の乳幼児健診は次のとおりです。該当者には事前に通知をしています。ご確認ください。

- とき 健診の内容によって異なりますので詳細は通知（案内）書をご確認ください
- ところ 総合福祉センター保健棟
- 内容 身体測定・問診・小児科医診察・育児相談・栄養相談など



健診内容	期日	対象児
4か月健診	4月15日（木）	平成21年11月18日から平成21年12月16日生まれ
7か月健診	4月22日（木）	平成21年8月28日から平成21年9月24日生まれ
12か月健診		平成21年4月1日から平成21年4月30日生まれ
1歳半健診	4月8日（木）	平成20年9月5日から平成20年10月8日生まれ
3歳児健診		平成19年3月5日から平成19年4月8日生まれ
乳幼児相談 (身体測定・育児・栄養相談)	4月28日（水）	平成22年2月23日から平成22年3月29日生まれ

※乳幼児相談は、どなたでもお気軽にお越しください。（申込不要）

## 健康教室

次のような健康教室を行います。気軽に参加してみませんか。見学も大歓迎です。

- ところ 総合福祉センター



事業名	期日	時間
レッツエアロビクス	毎週火曜日	午後8時から9時まで
御山登り会	毎週火曜日	午前9時から 集合：生活センター
健康ヨガ	毎週木曜日	午後1時30分から3時30分まで
ヘルシーダンス	毎週金曜日	午前10時から11時30分まで
はつらつ健康教室	毎月第1・第3水曜日	午後2時から3時30分まで
はつらつビデオ体操	毎月第2・第4水曜日	午後1時から2時まで
健康体操はしらん会	毎月第1・2・4木曜日	午前10時から正午まで

## 子育て支援

保険健康課では、母子保健事業として次のような教室を行っています。気軽に参加してみませんか。

- ところ 総合福祉センター保健棟



事業名	内容	期日	時間	申し込み
びよびよひろば	子連れで気軽に遊びに来れる「子育てひろば」です。子育て中のお母さん同士の交流の場にもなっています	毎週月・水・金曜日	午前10時から午後4時まで	不要
すくすくランド	お子さんと思いつき遊び、ふれあうことで育児を楽しみましょう	毎月第1・第3火曜日	午前10時から11時30分まで	随時募集
ママタイム	お母さんの運動・リラクスタタイムの場です。保育士も駐在していますので遊びに来てください	毎週水曜日	午前9時30分から11時30分まで	不要
カンガルー教室	親子遊びや小集団での活動を楽しみながら子ども一人ひとりの成長・発達を促すお手伝いをします	毎月第2・第4木曜日	午前10時から11時30分まで	随時募集

### ■BCG予防接種

- ▽4か月健診のときに一緒に行います
- ▽接種期間 生後6か月未満
- ▽場所 総合福祉センター保健棟

期日	時間
4月15日（木）	午後1時30分から2時まで
5月13日（木）	
6月10日（木）	

### ■ポリオ予防接種

- ▽ポリオの予防接種は2回受けてください。
- ▽対象者 生後3か月から90か月未満
- ▽場所 総合福祉センター保健棟

期日	時間
4月2日（金）	午後1時30分から2時まで
5月18日（火）	
6月30日（水）	

## 予防接種



## 母子健康手帳の交付

妊娠がわかったら、早めに母子健康手帳の交付を受けましょう。妊娠中の生活や制度などについて保健師が説明します。



- とき 4月7日、14日、21日、28日の午前10時から11時30分  
※原則、毎週水曜日が交付ですが、都合がつかない場合は相談に応じますのでご連絡ください。必ず妊婦さん本人がお越しください
- 場所 総合福祉センター保健棟
- 必要なもの 妊娠届出書（ある人のみ）・印かん

## 参加者募集



### 運動指導者を募集します

「体を動かしたいけど、一人ではなかなか続かない」と思いませんか。今回の運動教室では自分の運動習慣を身につけ、さらに教室で学んだことを仲間と一緒にまわりの人たちに広めてくれる人を募集します。

- とき 毎月第2火曜日 午後2時から3時まで
- 対象者 人前で体操をしてみたい人
- 場所 総合福祉センター保健棟健康増進室
- 内容 リズム体操、ストレッチ、プログラム作りなど

### わくわくクッキング

現在、子育て真っ最中のお母さん、食育推進料理教室に参加してみませんか。鞍手町食生活改善推進会の会員のみなさんが簡単で栄養たっぷりの料理を紹介します。

- とき 5月12日、7月7日、9月8日、11月10日、1月12日の水曜日
- 対象者 乳幼児、小学生の子どもがいるお母さん（全回数を継続して参加できる人）
- 場所 総合福祉センター保健棟
- 参加費 材料代として1,300円（5回分）
- 申し込み期限 5月6日（木）