

10月の保健センターのお知らせ

☎ 65・0065
FAX 62・0551



会場名の記載がない催しは保健センターで開催。申し込みは、特に指定がない場合は同センターへご連絡を。協力医療機関についてのお問い合わせも同センターへお願いします。

◎ 健康診査

乳幼児健診

対象は3か月・10か月・1歳6か月・3歳児。該当者には通知。対象や日程の確認は保健センターか市ホームページで。

成人の個別検診＝市内の実施医療機関

- ◆大腸がん…10月31日(水)まで。対象は40歳以上の女性。
- ◆子宮がん…来年1月31日(木)まで。対象は20歳以上の女性。
- ◆乳がん…来年2月28日(木)まで。対象は40歳以上の女性。
- ※期間中は実施医療機関へ直接受診も可(要予約)。子宮がん・乳がんは2年に1回のため23年度に受診した人は25年度に受診を。
- ◆歯周疾患…来年2月28日まで。対象は来年3月31日現在で40・50・60・70歳の人。

◎ 予防接種

個別接種＝市内の協力医療機関

- ◆乳幼児(BCG、三種混合1期、麻しん風しん1期・2期、日本脳炎1期、不活化ポリオ)
 - ◆児童(三種混合2期、日本脳炎2期)
 - ◆生徒(麻しん風しん3期・4期)
- いずれも該当者には案内済み。対象などは保健センターか市ホームページでご確認を。転入や紛失などで予診票をお持ちでない人は、保健センターへご連絡ください。

インフルエンザの予防接種費用を補助

市では、高齢者を対象にインフルエンザの予防接種の費用を補助します。対象者に案内を送付済み。

- 【接種期間】10月22日(月)～12月29日(土)
- 【対象】市内に住居登録がある65歳以上か60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器の機能、ヒト免疫機能の障害(身体障害者手帳1級か同程度)がある人。
- 【接種費用(自己負担額)】1,000円(1回のみ)
- 【その他】生活保護世帯と平成24年度市民税非課税世帯の人は無料(事前に保健センターに申請が必要)。

◎ 教室・相談

歯っぴースマイル教室 (2歳児むし歯予防教室)

- 11日(木)9時～11時15分。歯の話や歯科健診、フッ素塗布。
 - ◆2歳6か月児(平成21年11月7日～22年4月28日生まれ)…先着20人
 - ◆2歳児(平成22年5月22日～10月16日生まれ)…先着30人
- いずれも参加費300円。各1回のみ参加可。申し込みは、2日(火)から電話で。

健やか育児相談

15日(月)9時30分～11時。育児の悩みや歯・食事の相談、身体計測など。対象は乳幼児の保護者。無料。申し込み不要。

心の健康相談室

22日(月)11時～15時45分。子育ての悩みや人間関係、仕事のストレスなどの相談にカウンセラーが応じる。先着3人。無料。申し込みは、2日～19日(金)に電話で。

離乳食教室

26日(金)14時～16時。離乳食の話と試食。対象は6～9か月児の保護者。先着15人。無料。対象児のみ託児あり。申し込みは、2日から電話で。

公開講座「乳がんについて聞いてみよう」

10月のピンクリボン月間に合わせて府民公開講座「乳がんについて聞いてみよう」を実施します。

- 【日時】10月13日(土)14時～17時
- 【場所】市政記念館
- 【内容】
 - ◆がん治療の体験談
 - ◆緩和ケアについて
 - ◆ピンクリボン活動の報告
 - ◆最新の乳がん診療
- 【問い合わせ先】舞鶴医療センター(☎62・2680)

高齢者生き生きトレーニング教室

筋力、柔軟性、バランス能力のトレーニングやスワロピクスなど。対象は65歳以上。定員は各30人(東体育館は20人。多数の場合抽選)。参加費月1,000円。申し込みは、2日(火)から電話で各会場へ。

会場・申し込み先	実施期間	曜日・時間	申込期限
城南会館 (☎78・1800)	11月2日 ～来年3月29日	毎週金曜日 14時～16時	10月12日(金)
保健センター (☎65・0065)	11月5日 ～来年3月25日	毎週月曜日 14時～16時	10月16日(火)
	11月9日 ～来年3月22日	毎週金曜日 10時～12時	
東体育館 (☎66・1061)	11月7日 ～来年3月27日	毎週水曜日 14時～16時	10月12日(金)

10月のカレンダー

休日・土曜日の救急・急病診療

日	診療時間	当番病院(内科・外科)
6日(土)	開業医の診療終了後	舞鶴共済病院(☎62・2510)
7日(日)	9時から	
8日(祝)	9時から	舞鶴医療センター(☎62・2680)
13日(土)	開業医の診療終了後	
14日(日)	9時から	舞鶴赤十字病院(☎75・4175)
20日(土)	開業医の診療終了後	
21日(日)	9時から	舞鶴医療センター(☎62・2680)
27日(土)	開業医の診療終了後	
28日(日)	9時から	

※受診は、できる限り昼間の時間帯にお願いします。

納期

種類	納期限
市府民税	(3期)
後期高齢者医療保険料	(4期)
国民健康保険料	(5期)
介護保険料	

10月31日(水)

休日・夜間の水道修理

当番会社
株式会社(☎62・0253)
※19時以降は市役所(☎62・2300)または西支所(☎75・2250)へ。

第4回 舞鶴健康講座

病気に関する正しい知識や予防方法など、さまざまなテーマを取り上げた「舞鶴健康講座」をシリーズで開催しています。

- 【日時】10月25日(木)13時30分～15時
- 【場所】東公民館
- 【内容】澤田信・澤田医院院長による講演「高齢者の在宅医療・介護について」
- 【参加費】無料
- 【申し込み方法】電話で保健センターへ。



休日の小児科一次診療

日	診療時間	当番病院
7日(日)	9時～18時 ※受け付けは17時30分まで	舞鶴共済病院(☎62・2510)
8日(祝)		舞鶴医療センター(☎62・2680)
14日(日)		舞鶴赤十字病院(☎75・4175)
21日(日)		舞鶴赤十字病院(☎75・4175)
28日(日)		舞鶴医療センター(☎62・2680)
28日(日)		舞鶴医療センター(☎62・2680)

※軽症などの緊急を要しない症状の場合は、できる限り平日の診療時間内にかかりつけ医での受診を。

献血の日程

日	受付時間	会場
27日(土)	9時30分～12時 13時～15時30分	赤れんがフェスタ会場(400㎡位のみ)
28日(日)		

※骨髄バンクドナー登録会を同時開催。

祝日のごみ収集

日	収集	
	可燃ごみ	不燃ごみ
8日(月=体育の日)	月曜日が収集日となっている地域のみ収集	第2月曜日が収集日となっている地域のみ収集