

9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。

◎ 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。

特定の血液製剤により C型肝炎ウイルスに感染された人への給付金

出産や手術での大量出血などの際に、特定の血液製剤を投与されたことによって、C型肝炎ウイルスに感染された人に給付金が支給されます。

▶詳しくは、厚生労働省ホームページか相談窓口（☎ 0120・509・002）へ。

ポリオの予防接種が変わります

ポリオ（小児まひ）の予防接種は、従来使用していた「生ポリオワクチン」による経口投与から「不活化ポリオワクチン」による皮下接種に変更され、接種方法や回数などが変わります。なお、保健センターでの集団接種は終了しました。

【接種開始日】 9月1日から

【実施場所】 市内の協力医療機関

【接種回数】 初回3回（生ポリオワクチンを接種した人は回数が異なります）

【対象者】 生後3か月～7歳6か月になる前日（該当者には8月下旬に案内済み）

【料金】 無料

◎ 教室・相談

健やか育児相談

10日（月）9時30分～11時。育児の悩みや食事の相談、身体計測など。対象は乳幼児の保護者。無料。申し込み不要。

歯っぴースマイル教室 （2歳児むし歯予防教室）

13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10月1日～22年3月13日生まれ）…先着20人

◆2歳児（平成22年4月1日～9月15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、3日（月）から電話で。

離乳食教室

21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、3日から電話で。

心の健康相談室

24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、3日～21日に電話で。

9月は「がん征圧月間」と「健康増進普及月間」

舞鶴市において最も多い死因はがんです。特に胃がん、肺がんによる死亡者が多く、乳がんも女性にできるがんの中で一番多いといわれています。早期発見・治療のためには、がん検診を受診することが最も有効です。

また、がんに加えて糖尿病、心臓病、脳卒中など生活習慣病も年々増加しています。生活習慣病は日常生活と深く関連し、予防するには「運動習慣の定着」「食生活の改善」「禁煙」に心がけることが重要です。

あなたと家族の安心のために、年に1度は検診を受け、健康的な生活に取り組みましょう。

高齢者生き生きトレーニング教室

会場や実施期間などは下表のとおり。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20人（多数の場合抽選）。参加費月1,000円。申し込みは、3日（月）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
西市民プラザ ☎ 77・0086	10月9日 ～来年2月26日	毎週火曜日 10時～12時	9月14日（金）
	10月11日 ～来年2月28日	毎週木曜日 14時～16時	
スタジオ PEP ☎ 66・3330	10月10日 ～来年2月20日	毎週水曜日 10時～12時	
	10月15日 ～来年2月25日	毎週月曜日 14時～16時	

9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）
1日（土）	開業医の診療終了後	舞鶴共済病院 ☎ 62・2510
2日（日）	9時から	
8日（土）	開業医の診療終了後	舞鶴医療センター ☎ 62・2680
9日（日）	9時から	
15日（土）	開業医の診療終了後	舞鶴赤十字病院 ☎ 75・4175
16日（日）	9時から	
17日（祝）	9時から	舞鶴共済病院 ☎ 62・2510
22日（祝）	9時から	
23日（日）	9時から	舞鶴医療センター ☎ 62・2680
29日（土）	開業医の診療終了後	
30日（日）	9時から	

※受診は、できる限り昼間の時間帯をお願いします。

納期

種類	納期限
後期高齢者医療保険料	（3期）
国民健康保険料	10月1日（月）
介護保険料	

休日・夜間の水道修理

当番会社	※19時以降は市役所 ☎ 62・2300 または 西支所 ☎ 75・2250 へ。
足立管工業株式会社	☎ 75・4140

第3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」を開催しています。

【日時】 9月20日（木）13時30分～15時

【場所】 加佐公民館

【内容】 古森賢・ふるもり歯科クリニック院長による講演「お口の健康」

【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
2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
9日（日）		舞鶴医療センター ☎ 62・2680
16日（日）		舞鶴赤十字病院 ☎ 75・4175
22日（祝）		舞鶴共済病院 ☎ 62・2510
23日（日）		舞鶴医療センター ☎ 62・2680
30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受診を。

献血の日程

日	受付時間	会場
12日（水）	9時30分～11時30分 12時30分～15時30分	舞鶴赤十字病院 （400名以内のみ）
14日（金）	9時30分～13時 14時～15時30分	舞鶴グランドホテル （400名以内のみ）
18日（火）	9時30分～11時30分 12時30分～15時30分	市役所
25日（火）	9時30分～12時30分 13時30分～16時	パザールタウン舞鶴店 （400名以内のみ）
27日（木）	14時～16時	舞鶴共済病院 （400名以内のみ）

※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
17日（月＝敬老の日）	月曜日が収集日となっている地域のみ収集	第3月曜日が収集日となっている地域のみ収集
22日（土＝秋分の日）	休	休