

保健だより

乳幼児健康診査

健診(予防接種)内容	日時	場所	対象者	個別通知
1カ月児健診	10月中	県内小児科	平成30年9月生	なし
3～4カ月児健診	10月中～11月中		平成30年7月生	
9～10カ月児健診			平成30年1月生	
1歳6カ月児健診	10月中	〈小児科〉 県立金石病院 国立病院機構金石病院 金石しょうけいクリニック 〈歯科〉市内歯科医院	平成29年3月生	あり
3歳児健診			平成27年3月生	
6カ月児健診・BCG接種	10月24日(木) 受付13:00～13:15	市保健福祉センター 9階	平成30年4月生	あり
2歳児いい歯健診	10月11日(木) 受付 8:45～ 9:30		平成28年3月生	
4歳6カ月児発達検査	10月18日(木) 受付 9:00～ 9:30		平成26年3月生	

母子健康手帳の交付・各種教室・集団予防接種

内容	日時	場所	対象者	申込期限
母子健康手帳の交付	10月5日(金)、12日(金)、19日(金)、26日(金) 受付 13:30～15:00	市健康推進課	妊娠届出書を取得した妊婦	申し込み不要
①パパママ準備教室 (※1) ②ベビーマッサージ (※2) ※①のみ	10月13日(土) ① 9:30～11:30 (受付9:20～ 9:30) ②10:00～11:30 (受付9:50～10:00)	市保健福祉センター 9階	①妊娠6～7カ月の妊婦 および配偶者 ②おおむね4～12カ月児	10月10日(木)
もぐもぐごっくん教室 【初期】(※2)	10月10日(木) 10:15～11:30 (受付10:00～10:15)	青葉ビル研修室 1・2	おおむね5～6カ月児	10月5日(金)
かみかみごっくん教室 【中・後期】(※2)	10月17日(木) 10:15～11:30 (受付10:00～10:15)			10月15日(木)

持ち物 ※1 母子健康手帳、母子健康手帳副読本 ※2 母子健康手帳、バスタオル

市開設相談

内容	日時	場所	対象者	申込期限
栄養相談	10月18日(木) ①14:00～14:50 ②15:00～15:50 ③16:00～16:50	市保健福祉センター 8階	市内に住所がある20歳以上の人	10月15日(木)

問い合わせ…市健康推進課 (市保健福祉センター2階) ☎22-0179

釜石保健所開設相談

内容	実施日	実施時間
精神保健相談 (こころの相談)	10月24日(木)	13:30～16:00 ※予約制
エイズ相談・検査	10月18日(木)	9:00～10:00 ※予約制
性感染症検査 (性器クラミジア検査・梅毒検査)		
肝炎ウイルス検査 (B・C型)		
HTLV-1相談 (ヒトT細胞白血病ウイルス-1型相談)・抗体検査		
骨髄バンク登録		9:00～10:00 ※予約制

問い合わせ…釜石保健所保健課 ☎25-2710

医師の指導の下で正しく血糖コントロールを行います。

食事療法や運動療法が非常に大切ですが、合併症を防ぐため、用法用量を守り、薬物療法のみで頼ると、一時的に血糖コントロールはできて、肥満が助長されたり、糖尿病以外の病気を発症したりする場合もあります。薬の効果を最大限に生かすため、薬の量を最小限にするためには、医師の指導の下で正しく血糖コントロールを行います。

薬物療法のみで頼ると、一時的に血糖コントロールはできて、肥満が助長されたり、糖尿病以外の病気を発症したりする場合もあります。薬の効果を最大限に生かすため、薬の量を最小限にするためには、医師の指導の下で正しく血糖コントロールを行います。

血糖コントロールの方法

血糖のコントロールには、食事療法、運動療法、薬物療法の3つの方法があります。この中の好きな方法を選ぶのではなく、食事療法と運動療法は全ての患者さんに必要です。薬物療法を受けている人は、全てを組み合わせることで合併症を予防しなければなりません。

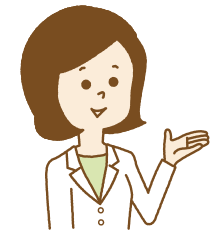
糖尿病 薬があれば大丈夫？

高血糖が続く状態を糖尿病と呼びます。血糖が高くても自覚症状はあまりありませんが、この状態が長く続くと全身の神経や細胞が傷つけられて、糖尿病網膜症、糖尿病腎症、糖尿病神経障害などのさまざまな合併症を生じます。傷つけられた神経や細胞は元には戻りませんので、糖尿病の合併症を防ぐために毎日の治療を継続し、血糖をコントロールすることが必要です。



県立大槌病院薬剤科
工藤 保直

ワンポイントアドバイス



胃がん検診を受けましょう!

保健案内板

【問い合わせ】市健康推進課 ☎22-0179

10月4日から胃がん検診が始まります。受検票は9月下旬に発送予定です。受検票が届いた人は、必要事項を記入し、検診会場に忘れずにお持ちください。なお、指定の日時に都合がつかない場合は、他の会場でも受検できます。



■日程 (受付時間…7時～9時、駐車場…あり：○ 少ない：△ なし：×)

月	日	曜日	場所	検診車台数	駐車場
10	4	木	洞関地区コミュニティ消防センター	1台	○
	5	金	日向・新川原集会所 (長内集会所)	2台	△
	11	木	唐丹地区生活応援センター 本郷地区コミュニティ消防センター	1台 1台	△ ×
	12	金	栗橋地区基幹集落センター 橋野地区多目的集会施設 (橋野ふれあいセンター)	1台 1台	○ △
	17	水	昭和園クラブハウス	2台	○
	18	木	市保健福祉センター	2台	△
	19	金	甲子地区生活応援センター	2台	×
	20	土	小佐野地区生活応援センター 市保健福祉センター	2台 1台	×
	24	水	大平集会所 平田地区生活応援センター	1台 1台	○ △
	25	木	洞関地区コミュニティ消防センター 大松地区コミュニティ消防センター	1台 1台	○ △
10	26	金	上平田ニュータウン集会所 上平田集会所	1台 1台	△ △
	30	火	市保健福祉センター 野田集会所	2台 1台	△ ×
	31	水	小川集会所 唐丹地区生活応援センター	2台 1台	×
	1	木	昭和園クラブハウス 野田集会所	2台 1台	○ ×
	6	火	甲子地区生活応援センター 日向・新川原集会所 (長内集会所)	2台 1台	×
	7	水	昭和園クラブハウス 小佐野地区生活応援センター	2台 1台	○ ×
	8	木	小川集会所 向定内ひまわり集会所	2台 1台	×
	9	金	昭和園クラブハウス 野田集会所	2台 1台	○ ×
	11	日	昭和園クラブハウス 市保健福祉センター	2台 1台	○ △

追加申し込みを受け付けます

- 申込期間 9月25日(火)～10月5日(金) 8時30分～17時15分 (土・日曜日は除く)
- 対象 40歳以上の人 (平成31年3月31日時点)
- 検診料 1,600円【70歳以上 (平成31年3月31日時点)、市民税非課税世帯、生活保護受給者は無料】
※過去の疾患や、健康状態によっては受検できない場合があります。受検に不安のある人は、ご相談ください
- 申し込み・問い合わせ 市健康推進課 成人保健係 ☎22-0179

《訂正とおわび》

広報かまいし8月15日号10ページ「保健案内板」でお知らせした「市が実施する定期予防接種 (無料)」表中、「ヒブ」と「小児用肺炎球菌」の対象「4歳未満」は正しくは「5歳未満」、「子宮頸がん」の対象「高校2年生」は正しくは「高校1年生」です。訂正しおわびします。

問い合わせ…市健康推進課 ☎22-0179

