がん検診の申込期限は3月31日(金)です

保健案内板

【問い合わせ】市健康推進課　☎22-0179

がん検診申込書を２月に発送しました。休日検診、一部夜間開催を設けている検診もあります。ぜひお申し込みください。

※職場や病院などで検査する機会がある人は申込不要ですが、申し込まない理由に〇をつけて返送してください

※申込書が届いていない場合は、市健康推進課（☎22-0179）にご連絡ください

令和５年度のがん検診予定

検診名	対　象	実施予定期間	検査内容	検診料	受検間隔
肺がん（結核）検診	40歳以上の男女	８月、10月頃（特定健診と同日開催）	胸部レントゲン撮影	1,000円	年１回
大腸がん検診		◆容器発送 ６月頃 ◆容器回収 ７月～10月頃	便潜血検査	1,000円	
胃がん検診		９月～10月頃	胃部レントゲン撮影	2,000円	
乳がん検診	40歳以上の女性	７月頃	乳房レントゲン撮影 超音波検査（40歳代のみ）	50歳以上 2,500円 49歳以下 3,000円	２年に１回
子宮頸（けい）がん検診	20歳以上の女性	９月頃	子宮頸部の細胞検査	2,000円	

こころに寄り添い いのちを守る いわて

３月は「こころに寄り添い　いのちを守る　いわて」月間（自殺対策強化月間）です。

こころの悩みを１人で抱えていませんか。

相談窓口の一例を紹介します、この他にもさまざまな窓口で相談を受け付けています。相談窓口や心のセルフケアなどの詳細は、次の二次元コードをご確認ください。

岩手県精神科救急情報センター
☎019-624-6791　相談内容：精神科救急受診

24時間子供SOSダイヤル
☎0120-0-78310　相談内容：いじめなど

よりそいホットライン（岩手・宮城・福島専用）
☎0120-279-226
相談内容：暮らしの中で困っていること

※いずれも24時間対応

相談はこちらから

いのち まもる いわて　検索

誰かに相談したい人

心のセルフケアをしたい人

周りの人を守りたい人

悩みごとは１人で抱えずに相談してください

保健だより

乳幼児健康診査

	内　容	日　時	医療機関	対象者	個別通知
個別健診	１カ月児健康診査	令和５年４月中	県内小児科	令和５年３月生	なし
	３～４カ月児健康診査	令和５年４月～５月中		令和５年１月生	
	９～10カ月児健康診査			令和４年７月生	
	１歳６カ月児健康診査	令和５年４月中	医療機関は対象者に個別に通知します	令和３年９月生	あり
	３歳児健康診査			令和元年９月生	
	健診（BCG予防接種）内容	日　時	会　場	対象者	個別通知
集団健診	６カ月児健診・BCG予防接種	４月26日(水)（受付 13:00～13:15）	市保健福祉センター９階	令和４年10月生	あり
	２歳児いい歯健康診査	４月13日(木)（受付 8:45～9:30）		令和２年９月生	
	４歳６カ月児発達検査	４月20日(木)（受付 9:00～9:30）		平成30年９月生	

各種教室

内　容	日　時	会　場	対象者	申込期限
母子健康手帳の交付	毎週金曜日 ①13:15～ ②14:00～ ③14:45～	市健康推進課	妊娠届出書を取得した妊婦	前日までに要予約
パパママ準備教室（※１）	４月22日(土) 9:30～12:00（受付 9:20～9:30）	市保健福祉センター２階	妊娠６～７カ月 妊婦及び配偶者	４月19日(水)
ベビーマッサージ（※２）	４月22日(土) 10:00～11:30（受付 9:50～10:00）		おおむね４～12カ月児	
もぐもぐごっくん教室【初期】（※２）	４月12日(水) 10:00～11:30（受付 9:45～10:00）		おおむね５・６カ月児	４月10日(月)
かみかみごっくん教室【中・後期】（※２）	４月19日(水) 10:00～11:30（受付 9:45～10:00）		おおむね７カ月～12カ月児	４月17日(月)

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

妊産婦アクセス支援助成金申請受付

日　時	会　場	持　ち　物
毎週金曜日　15:00～16:00	市健康推進課	母子健康手帳、通帳、領収書（宿泊費、タクシー料金）

市開設相談

内　容	日　時		会　場	対象者	申込期限
栄養相談	４月20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	釜石市に住所を有する20歳以上の人	４月17日(月)

釜石保健所開設相談

内　容	実施日	実施時刻
精神保健相談（こころの相談）	４月13日(木)	15:00～17:00　※予約制
エイズ相談・検査	４月20日(木)	11:00～12:00　※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・抗体検査		
骨髄バンク登録		14:30～15:00　※予約制

※新型コロナウイルスの感染状況により、日程を変更する場合があります　【問い合わせ】釜石保健所　☎25-2710

ワンポイントアドバイス

釜石薬剤師会
岩手県立釜石病院 薬剤科
小林 裕介

医療用麻薬について

皆さんは医療用麻薬についてどのような印象をお持ちでしょうか。怖い薬、最期に使う薬、使用すると中毒になる、寿命が縮まる、いつか効かなくなる、副作用が強い、二度とやめられなくなるなど、さまざまな印象を持っているのではないでしょうか。実はこれらは全て誤った印象です。

医療用麻薬は痛みなどの症状がある場合に比較的早期から使用されます。医師の指示通りに使用していれば中毒症状や禁断症状が出現することはありません。また、個人差はありますが、医療用麻薬を用いて痛みをとることにより、体力や精神力が回復し、結果として寿命が延びる場合もあります。

医療用麻薬も他の薬と同様に、症状に応じて適切な薬を選択し、適切な量に調節します。使用による副作用はありますが、事前に対策することで予防、症状の軽減が可能です。

このように医療用麻薬は医師の指示のもと適切に使用することで安全に使用することが可能です。当院では外来や病棟にて薬剤師が医療用麻薬の適正使用について説明を行っています。気になることがあればお気軽にご相談ください。

…このマークが付いているものは「かまいし健康チャレンジポイント」の対象です