



健康ひろば

Health information

7月

楽しく健康に暮らすための情報&アドバイスを紹介。

成人男性の風しん抗体検査・予防接種を無料で実施

【受診期限】令和6年2月29日(木)まで

【対象】対象の医療機関

※対象は厚生労働省HPで確認してください。

【期間】昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性で、これまでに抗体検査も予防接種も受けていない人

【受診方法】クーポン券・本人確認書類・受診票を持参し、医療機関へ

※医療機関への事前予約が必要です。※令和5年3月31日が期限のクーポン券も引き続き使用できます。

※クーポン券を紛失した人・転入などで券が届いていない人は、保健福祉課へ問い合わせてください。

※健診と一緒に抗体検査を受検できる場合があります。詳しくは医療機関に問い合わせてください。

【問い合わせ先】保健福祉課(TEL 0848-67-6205)へ



↑厚生労働省HP



↑市HP

こころの健康相談

【臨床心理士による相談】

【時間】①27日(木)10時～12時②8月7日(月)13時30分～15時30分

【場所】サン・シープラザ3階

【対象】児童・生徒などとその保護者

【定員】各1人(要申し込み)

【期間】①19日(水)②7月28日(金)までに保健福祉課(TEL 0848-67-6053)へ

【精神科医師による相談】

【時間】26日(水)13時30分～15時30分

【場所】甲久井保健福祉センター

【TEL】0847-32-8551)

【定員】2人(要申し込み)

こころの相談室「ココケア」

【時間】毎週火・水曜日9時～18時30分

【場所】甲久井保健福祉センター

(西町一丁目 TEL 0848-62-2500)

【対象】臨床心理士による相談

【対象】精神科に通院していない人と家族(要申し込み)

【料金】3回まで無料

献血に協力を

【時間】9日(日)10時～12時、13時30分～16時

【場所】イオン三原店(城町二丁目)

【対象】事前予約も可※詳しくは日本赤十字社HPまたは県赤十字血液センター(TEL 0120-150-554)へ。

【問い合わせ先】保健福祉課(TEL 0848-67-6234) 日本赤十字社HP



医療機関でがん検診などが受診できます

【期間】令和6年3月31日(日)まで

【対象】基本健診・特定健診、各種がん検診(胃・肺・乳・子宮など)

※体調不良のときは受診を控え、日程変更の連絡をしてください。

【対象】対象の医療機関

※対象の医療機関など詳しくは市HPで確認してください。



↑市HP

フレイルを予防しよう!

テーマ

肺が弱ってくる 高齢期こそ禁煙を



フレイルチェックを市HPに開設しています↑

保健福祉課 TEL 0848-67-6053

FAX 0848-64-2130



息切れや息苦しさはありませんか?

「階段の上り下りで息が切れる」「少しでも動くと息苦しさがある」といった症状は、たばこの煙により少しずつ肺が壊されることで起こるCOPD(慢性閉塞性肺疾患)でみられ、患者の9割以上が喫煙者です。喫煙がフレイル(虚弱状態)を増強させるという研究結果もあります。禁煙を始める時期に「もう遅い」ということはありません。健康被害を最小限にするため、本数を減らすことから始めましょう。

認知症チェック



↑市HP

認知症の症状を簡単にチェックできます。

障害について 考えてみませんか



障害については市HPにも掲載しています↑

障害者福祉課

TEL 0848-67-6060 FAX 0848-64-2130

第4回 知的障害...

脳の発達など知的機能の遅れにより、日常生活に困難が生じる状態

当事者の声

一度にたくさんの内容の話をされると理解ができなかったり、考えるのに時間がかかったりすることがあります。漢字を読むことが苦手なのですが、見た目では分からないので、障害に気付いてもらえず困った経験があります。

こんな配慮が必要です

内容が理解できるよう、短い言葉でゆっくりと丁寧にくり返し話し掛けましょう。漢字が読めない場合はふりがなをつけたり、絵や図を使って具体的に分かりやすく説明したりするなど、相手に合わせた配慮を心掛けましょう。