

9月の健康カレンダー

集団がん検診

●全て予約制です。

対象者には5月に受診券を送付しました。事前に、受診券に添付のハガキまたは電話で予約し、受診券を持参して、会場へお越しください。

※健康診査とがん検診の内容や指定医療機関一覧などは、広報とやま5月5日号別冊に掲載しています。

対象

胃がん・肺がん・大腸がん検診…40歳以上の国民健康保険の被保険者や健康保険加入者の家族など

子宮がん検診…20歳以上の国民健康保険の被保険者や健康保険加入者の家族など

(20歳～39歳の方は医療機関のみでの受診となります)

乳がん検診…40歳以上の国民健康保険の被保険者や健康保険加入者の家族など

※子宮、乳がん検診は2年に1回の受診となります(今年度内に偶数年齢となる方が対象です)。

今年度奇数年齢の方で、昨年度受診していない方は、各保健福祉センターか保健所地域健康課に問い合わせてください。

●富山地域

圏中央・南・北保健福祉センター

[胃・肺がん検診]

開催日	受付時間	会場
9(土)	8:30～9:30	北保健福祉センター
11(月)	8:30～10:00	市立水橋西部公民館
19(火)	8:30～10:00	奥田中学校(テニスコート側)
29(金)	10:00～11:30	グランドプラザ

◆胃がん検診を安全に受けていただくために◆

飲み込みが悪くむせやすい方、病気のため水分制限のある方、バリウムアレルギーの方、頑固な便秘の方、体を支えたり体の向きを変えたりしにくい方などは、主治医に相談してください。

実施する検診

胃…胃がん検診 肺…肺がん検診 大…大腸がん検診
子…子宮がん検診 乳…乳がん検診

受診券が届かない場合や、健康保険の変更などで新たに対象となった場合は、保健所地域健康課(☎428-1153)へ問い合わせてください。

[子宮・乳がん検診]

受付時間13:00～14:00 (▲…8:30～9:30)

開催日	会場	開催日	会場
4(月)	中央小学校	19(火)	市立奥田北公民館
5(火)	市立倉垣公民館	20(水)	田中町文化会館
6(水)	市立堀川公民館	21(木)	愛宕地区センター
9(土)	▲北保健福祉センター	22(金)	桜谷地区センター 藤ノ木中学校
12(火)	市立水橋西部公民館	27(水)	市立奥田北公民館
14(木)	新庄地区センター	29(金)	山室地区センター
15(金)	藤ノ木中学校		

●婦中地域

圏西保健福祉センター

開催日	受付時間	実施する検診	会場
1(金)	13:00～14:00	子・乳	市立速星公民館
6(水)	13:00～14:00	子・乳	音川交流センター
19(火)	8:30～10:00	胃・肺・大	市立速星公民館

新米パパママ離乳食セミナー

日時／9月9日(土)9:30～11:30(受付9:00～)

場所／中央保健福祉センター

対象／4～6か月児を第一子に持つ父母

定員／30組(申込順) 費用／無料

講師／中央保健福祉センター管理栄養士

内容／・講義「パパとママの笑顔で進める離乳食」
・調理実習

申込方法／8月28日(月)～30日(水)に、電話で、中央保健福祉センターへ。

糖尿病相談

日時／9月28日(木)9:00～12:00

場所／中央保健福祉センター

費用／無料

対象／糖尿病治療中の方や糖尿病予防に関心のある方またはその家族など

申込方法／事前に、電話で、中央保健福祉センターへ。

圏中央保健福祉センター

まちぐるみ健康づくり交流会

健康づくりについての講演会および意見交換会です。

日時／9月16日(土)10:00～11:20

場所／八尾保健福祉センター

テーマ／絆で支える体と心の健康

～豊かなソーシャルキャピタルを目指して～

講師／立瀬剛志^{たこせただかし}さん(富山大学大学院医学薬学研究部助教)

※費用・申込不要。

圏八尾保健福祉センター

街頭献血

日程	時間	場所
3(日)、10(日)、24(日)	10:00～16:30	ファボーレ (婦中町下轡田)
18(祝)	9:00～16:30	アピタ富山東店 (上富居)

圏保健所地域健康課 ☎428-1155

圏富山県赤十字血液センター ☎451-5555

まちなか^{けんこう}健幸カレッジ

◆ふれあい健康講座 ※費用・申込不要。

時間／14:00～14:30

場所／まちなか総合ケアセンター(総曲輪四丁目)

講師／市民病院の看護師、管理栄養士など

開催日	テーマ
4(月)	糖尿病予備軍 食事で改善
5(火)	便秘のお話
6(水)	こどもの発熱～家庭でのケアと救急受診の目安～
7(木)	メンタルヘルス ～こころの健康～
11(月)	すい炎について
12(火)	知っておきたい薬の知識
13(水)	健康寿命を延ばしましょう!
14(木)	乳がん検診を受けましょう! がん何でも相談室ってどんなところ?
19(火)	血管の検査のお話 ～首の血管～
20(水)	肝臓の病気について
21(木)	肺がん ^{すい} 治療のお薬
25(月)	転ばないための体づくり ～やってみようロコモ体操～
26(火)	高齢者と肺炎
27(水)	ご自宅でできる緩和ケア
28(木)	地域で見守る認知症

〒市民病院看護部 ☎422-1112

◆まちなか保健室 ※費用・申込不要。

個別相談 13:00～14:00

健康、子育て、介護などに関する相談を行います。

ミニ講座 14:00～15:00

開催日	テーマ
1(金)	質のよい睡眠をとるために
8(金)	産後ケア応援室の見学や交流 ※妊婦の方対象
15(金)	腰痛・肩こり解消ストレッチ
22(金)	総曲輪レガートスクエア周辺の散策

〒まちなか総合ケアセンター ☎461-3618

アルコール問題を考えるセミナー

私たちの身近にあるアルコールに関する問題について、一緒に考えてみませんか。

日時／9月16日(出)14:00～16:00(受付13:30～)

場所／婦中ふれあい館(婦中町砂子田)

定員／30人(先着順) 費用／無料

講師／山野俊一^{やまの しゅんいち}さん(アイ・クリニック臨床心理士)

内容／・講義「お酒で困っていませんか?」

- ・アルコール依存症体験談
- ・個別相談(先着2人)

※個別相談を希望する方は、9月11日(月)～15日(金)に、電話で、保健所保健予防課へ。

〒保健所保健予防課 ☎428-1152

母子の教室・相談、健康診査

「予約制」の講座・教室は、事前に問い合わせ先へ予約が必要です。

内 容	開催日・当日の受付時間・開催場所	対 象	圏
よい歯づくり講座 【予約制】	4(月)9:00～9:30 所 中央保健福祉センター	フッ素塗布を希望する1～3歳児とその保護者	中
	15(金)13:00～13:30 所 北保健福祉センター		北
	22(金)13:00～13:30 所 南保健福祉センター		南
フッ素塗布 【予約制】	4(月)13:00～14:00 所 中央保健福祉センター	よい歯づくり講座を受けた1～3歳児	中
	15(金)14:00～15:00 所 北保健福祉センター		北
	22(金)14:00～15:00 所 南保健福祉センター		南
パパママセミナー 【予約制】	2(土)9:00～9:30 所 南保健福祉センター	おおむね妊娠5～8か月頃の妊婦とその夫	南
	30(土)9:00～9:30 所 北保健福祉センター		北
赤ちゃん教室 【予約制】	8(金)9:00～9:30 所 中央保健福祉センター	4～6か月児	中
	13(水)9:00～9:30 所 大久保ふれあいセンター		大
	21(木)9:00～9:30 所 西保健福祉センター		西
乳幼児健康相談	14(木)・25(月)9:00～11:00 所 中央保健福祉センター	乳幼児とその保護者	中
	5(火)・19(火)9:00～11:00 所 南保健福祉センター		南
	1(金)・15(金)9:00～11:00 所 北保健福祉センター		北
	5(火)・19(火)9:00～11:00 所 大沢野生涯学習センター		大
	1(金)・15(金)9:00～11:00 所 大庄地区コミュニティセンター		大
	5(火)・19(火)9:00～11:00 所 八尾保健福祉センター		八
	5(火)・19(火)9:00～11:00 所 西保健福祉センター		西
	26(火)10:00～11:00 所 山田児童館		八
	12(火)9:00～10:00 所 ほそいり保育所		大
	4か月児・1歳6か月児(1歳6～8か月児)・3歳児(3歳7～8か月児)健康診査は個人通知します。詳細は、問い合わせ先へ。		
※保健福祉センターは、「子育て世代包括支援センター」の役割を担っています。気軽に相談してください。			

・問い合わせ先一覧・

中	中央保健福祉センター(星井町二丁目)	☎422-1172
南	南保健福祉センター(蜷川)	☎428-1156
北	北保健福祉センター(岩瀬文化町)	☎426-0050
大	大沢野保健福祉センター(高内)	☎467-5812
大	大山保健福祉センター(上滝)	☎483-1727
八	八尾保健福祉センター(八尾町福島)	☎455-2474
西	西保健福祉センター(婦中町羽根)	☎469-0770