

# 8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。

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。

### 【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歳以上の女性で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歳以上の女性で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回偶数年齢の方が対象です。

### 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

### ◆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。

### ●富山地域 圏中央・南・北保健福祉センター

開催日	受付時間	実施する検診	会場
1(水)	8:30~10:00	胃・肺	堀川南小学校
3(金)	13:00~14:00	子・乳	豊田地区センター
7(火)	8:30~10:00	胃・肺	市立浜黒崎公民館
8(水)	8:30~10:00	胃・肺	八幡地区センター
	13:00~14:00	子・乳	西田地方小学校(プール側)
9(木)	8:30~10:00	胃・肺	堀川南小学校
24(金)	8:30~10:00	胃・肺	山室地区センター

### ●八尾地域 圏八尾保健福祉センター

開催日	受付時間	実施する検診	会場
20(月)	8:30~10:00	胃・肺・大	八尾保健福祉センター
27(月)	8:30~10:00	胃・肺・大	八尾コミュニティセンター

### ●大沢野地域 圏大沢野保健福祉センター

開催日	受付時間	実施する検診	会場
2(水)	8:30~10:00	胃・肺・大	大久保ふれあいセンター
8(水)	8:30~10:00	胃・肺・大	大沢野生涯学習センター
29(水)	8:30~10:00	胃・肺・大	大沢野生涯学習センター

### ●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
2(水)	13:00~14:00	子・乳	市立速星公民館
17(金)	8:30~10:00	胃・肺・大	市立鷺坂公民館
27(月)	8:30~10:00	胃・肺・大	市立速星公民館

## 節目検診を受診しましょう

**対象者**／富山市国民健康保険の被保険者や健康保険加入者の家族などで、各検診の対象年齢(年度内に到達する年齢)に該当する方

検査項目	対象年齢	検査内容
歯周疾患検診 口腔がん検診	40・50・60・70歳	視触診、口腔内検査、ブラッシング指導
緑内障検診	45・50・55歳	眼圧測定、細隙灯顕微鏡検査、視神経乳頭検査、眼底写真

※今年度の対象者には、5月中旬に受診券を送付しました。  
※緑内障の既往がある方は、緑内障検診の対象外となる場合があります。

**受診期間**／12月28日(金)まで

**受診先**／・歯周疾患検診・口腔がん検診…市内歯科医療機関  
・緑内障検診…広報とやま5月5日号別冊掲載の医療機関

圏保健所地域健康課 ☎428-1153

## 街頭献血

夏は血液が不足しがちな季節です。

定期的な献血にご協力をお願いします。



日程	時間	場所
5(日)	10:00~17:00	ファボーレ (婦中町下轡田)
12(日)、14(火)、 19(日)	10:00~16:30	
17(金)	9:30~16:00	

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

## 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】	3(金)13:00～13:30 所西保健福祉センター	フッ素塗布を希望する1～3歳児とその保護者	西
	17(金)13:00～13:30 所北保健福祉センター		北
	24(金)13:00～13:30 所南保健福祉センター		南
	27(月)13:00～13:30 所大庄地区コミュニティセンター		畑
フッ素塗布 【予約制】	3(金)14:00～15:00 所西保健福祉センター	よい歯づくり講座を受けた1歳～3歳児	西
	6(月)13:00～14:00 所中央保健福祉センター		中
	17(金)14:00～15:00 所北保健福祉センター		北
	24(金)14:00～15:00 所南保健福祉センター		南
	27(月)14:00～15:00 所大庄地区コミュニティセンター		畑
パパママセミナー 【予約制】	4(土)9:00～9:30 所中央保健福祉センター	おおむね妊娠5～8か月頃の妊婦とその夫	中
	24(金)9:00～9:30 所西保健福祉センター		西
赤ちゃん教室 【予約制】	8(水)9:00～9:30 所北保健福祉センター	4～6か月児	北
	23(木)9:00～9:30 所南保健福祉センター		南
乳幼児健康相談	9(木)・27(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 ※最寄りの会場を利用してください。	中
	7(水)・21(水)9:00～11:00 所南保健福祉センター		南
	3(金)・17(金)9:00～11:00 所北保健福祉センター		北
	7(水)・21(水)9:00～11:00 所大沢野生涯学習センター		畑
	3(金)・17(金)9:00～11:00 所大庄地区コミュニティセンター		畑
	7(水)・21(水)9:00～11:00 所八尾保健福祉センター		八
	7(水)・21(水)9:00～11:00 所西保健福祉センター		西
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。			

## 糖尿病相談

日時／8月23日(木)9:00～12:00

場所／中央保健福祉センター

対象／糖尿病治療中の方、糖尿病予防に関心のある方、またはその家族など

費用／無料

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

## まちなか健康カレッジ

◆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／市民病院の医師、看護師、管理栄養士など

開催日	テーマ
1(水)	お口の体操～食べる力を鍛えよう～
2(木)	便秘症改善の食事について
6(月)	放射線治療について
7(水)	慢性腎臓病について
8(水)	こどものお薬の飲ませ方・使い方
9(木)	こどもの脱水～家庭でのケアと受診の目安～
13(月)	エコノミークラス症候群って？
14(水)	メンタルヘルス～心の健康～
15(水)	乳がん遺伝
16(木)	検査結果の見方～脂肪～
20(月)	フットケア～足からの健康～
21(水)	子育て・孫育て講座 ～断乳と卒乳ってなに・離乳食とおやつを知ろう～
22(水)	一次救命処置を体験してみませんか～AEDを使ってみよう！～
23(木)	認知症の基礎知識
27(月)	骨粗しょう症シリーズⅠ 看護師が語る 骨粗しょう症ってなに？
28(水)	骨粗しょう症シリーズⅡ 薬剤師が語る 骨粗しょう症のお薬について
29(水)	骨粗しょう症シリーズⅢ 栄養士が語る コツコツ続ける骨粗しょう症を予防する食事
30(木)	骨粗しょう症シリーズⅣ 理学療法士が語る やってみよう！骨を強くする運動

圏市民病院看護部 ☎422-1112

◆まちなか保健室 ※費用・申込不要。

●個別相談 8月3日、17日、24日、31日の(金)13:00～14:00  
健康、子育て、介護などに関する相談

●ミニ講座 14:00～15:00

開催日	テーマ
3(金)	ロコモを知って、予防しよう ※体組成測定(希望者のみ・費用100円)
17(金)	肩こり・腰痛予防のためのストレッチ 講師／清水志保さん(健康運動指導士)
24(金)	歯とお口の健康 講師／久郷克美さん(歯科衛生士)
31(金)	産後ケア応援室の見学や交流 ※妊婦の方対象。

圏まちなか総合ケアセンター ☎461-3618

## ・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(蛸川)	☎428-1156
北…北保健福祉センター(岩瀬文化町)	☎426-0050
畑…大沢野保健福祉センター(高内)	☎467-5812
畑…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