



## 我孫子市健康づくり推進員 及び食生活改善推進員

健康づくりや食生活アドバイザーとしての活動を行う、健康づくり推進員及び食生活改善推進員(兼務)を募集します。推進員の応募には、養成講座への参加が必要になります。

日にち・内容 下表参照

場所 保健センター

時間 ①午前10時～正午ごろ、②午後1時30分～3時30分ごろ(受付は15分前から)

対象・定員 市内在住で、全ての回に参加できる30歳以上の方、先着30人

費用 無料

申・問 5月29日(金)までに、電話で健康づくり支援課 ☎7185-1126



| 日程        | 時間 | 内容                           |
|-----------|----|------------------------------|
| 6月 2日(火)  | ②  | 健康づくり推進員の心がまえ                |
| 6月 9日(火)  | ②  | 口腔衛生に関する講義、健康づくりについてのグループワーク |
| 6月 16日(火) | ①  | 健康づくり推進員による調理実習              |
|           | ②  | 食事・栄養に関する講義                  |
| 6月 24日(水) | ②  | 運動に関する講義と実技                  |

### 予防接種

## 高齢者肺炎球菌感染症 予防接種のお知らせ

予防接種法で定める対象者の方(平成28年3月31日までに65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳になる方)には、4月上旬に予診票を送付しました。また、市では、独自の公費助成もしています。対象者で予診票の送付がない方のうち接種を希望される方は、お問い合わせください。

対象 接種日に我孫子市民で、自らの意思で接種を希望し、過去にこの予防接種を受けたことのない①または②の方

①今年度65歳以上になる方(昭和26年4月1日以前の生まれの方)

②接種日に60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓、呼吸器の障害により日常生活が極度に制限される方またはヒト免疫不全ウイルスによる重度の免疫の機能障害を有する方

自己負担額 2500円(生活保護受給世帯の方、中国残留邦人等の世帯の方は免除)

接種場所 市内契約医療機関(他の医療機関希望時は健康づくり支援課へご連絡ください)。

接種方法 契約医療機関へ直接ご連絡の上、接種を受けてください。

持参するもの 保険証など(住所・氏名・生年月日が確認できるもの)、予診票、費用、健康手帳(お持ちの方)

※自己負担免除の方は、「休日・夜間等医療受給証」または「本人確認証」

問 健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

### がん検診

## 平成27年度 乳がん集団検診(前期)の申し込みは 5月1日(金)必着です!

30～39歳対象の乳がん検診(超音波検査)は、集団検診のみの実施です。40歳以上の方はマンモグラフィ検査になります。※26年度に乳がん集団検診を受診した方には、検診の受診券を送付しますので申し込みは不要です。※検査内容や費用など詳しくは広報あびこ3月16日号をご覧ください。

申・問 ハガキ・封書・保健センター窓口・電子申請で、住所、氏名、生年月日、性別、電話番号、乳がん検診を明記し、〒270-1132湖北台1の12の16健康づくり支援課 ☎7185-1126



## 平成27年度 各種がん検診を6月から開始します(個別検診)

子宮頸がん、乳がん、前立腺がん、大腸がんの個別検診が6月から始まります。受診の際は必ず「受診券」をお持ちください。次の①・②の発送対象者の方には、4月下旬に受診券を発送します。

発送対象者 ①平成22年4月1日～27年3月31日の間に市の受診券を使い、子宮頸がん、乳がん、前立腺がん、大腸がん、胃がんのいずれかの検診を一つでも受診したことがある方 ②平成27年4月1日～28年3月31日に、男性40歳～70歳、女性20歳～70歳までの5の倍数の年齢に達する方(ただし、市・県民税特別徴収の方は除く)※発送対象者になっていない場合は、受診する医療機関で必要書類に署名していただくことで受診できます。実施期間 6月～平成28年1月末

申・問 〒270-1132湖北台1の12の16健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

### 療育セミナー

日時 6月13日(土) 午前10時～午後4時

場所 我孫子南隣センターホール(けやきプラザ9階)

内容 『現場で活かせる具体的な支援のアイデア～不器用な子ども達の理解と援助～』

講師 酒井康年さん(うめだ・あけぼの学園 作業療法士)

対象 保育園、幼稚園、学校、児童発達支援事業所、放課後デイサービス事業所職員など

定員 先着90人(定員になり次第締め切り)

費用 無料

持ち物 スリッパ、バインダー ※動きやすい服装で

申・問 5月29日(金)までに電話でこども発達センター ☎7188-0472

## 松戸健康福祉センター 各種無料相談 5月

| 相談名      | 予は予約制    | 日時   | 予約・問         |
|----------|----------|--|--------------|
| 不妊相談     | 電話(予約不要) | 12日(火)9時～11時30分  | 047-361-2138 |
|          | 来所       | 12日(火)13時～15時  |              |
| 思春期相談    |          | 11日(月)14時～17時  | 047-361-2139 |
| 精神保健福祉相談 |          | 18日(月)14時～16時  |              |
| 酒害相談     |          | 21日(木)14時～16時30分   |              |
| エイズ検査    | 即日検査     | 19日(火)13時30分～14時30分                                      | 047-361-2139 |
|          | 夜間検査     | 19日(火)17時30分～19時   |              |
|          |          | ※検査は匿名・無料<br>※梅毒、クラミジア、B型・C型肝炎の検査も可<br>※予約受付は各検査日の1週間前から |              |
| DV相談     | 電話(予約不要) | 月～金曜日 9時～17時   | 047-361-6651 |
|          | 来所       |  |              |

松戸保健所我孫子連絡所(保健センター3階)9時～17時  
専門職員出張日 食品 13・27日(火) 環境 19日(火) 問 ☎047-361-2139

## B型肝炎

## 子育てQ&A

74

Q

平成28年に、B型肝炎の予防接種が定期接種になると聞きました。B型肝炎とはどのような病気ですか?

A

B型肝炎ウイルスに感染することで起こる病気で、肝臓の機能に障害をきたします。初めのうちは症状がほとんどないことも多いのですが、微熱・食欲不振・全身倦怠感等の症状が現れたり、進行すると、腹痛・白目の部分や皮膚が黄色っぽくなる黄疸等の症状が現れたりします。急性肝炎を引き起こしたり、将来的に慢性肝炎や肝硬変、肝がん等になる危険性があります。

B型肝炎ウイルスは血液だけではなく、唾液や体液(汗や涙)等からも感染します。B型肝炎ウイルスの感染を予防する方法として、B型肝炎ワクチンの接種があり、任意接種で実施されています。

定期接種に関しては、現在、国で審議が行われており、早ければ、平成28年4月から定期接種になる予定です。詳しいことが決まり次第、広報あびこや市ホームページなどでお知らせします。

問 健康づくり支援課 ☎7185-1126

