

# がん検診を受けましょう!

※費用は無料

## 1 大腸がん検診 (市役所での受診) 要申込

申込期限 11月6日(月)  
 対象 40歳以上(平成30年3月31日時点)の人※すでに医療機関で市の大腸がん検診を受診済の人は受診不可。年度内1回のみ。  
 内容 問診、検便(便潜血反応検査)  
 検体受付 11月16日(木)～11月30日(木)(土・日・祝日を除く)午前8時30分～正午、午後1時～3時に健康推進課へ。  
 ※申込者には11月13日(月)に検体容器を郵送予定。

## 2 子宮がん検診 要申込

実施期間 平成30年2月28日(水)まで  
 申込期限 平成30年1月31日(水)  
 対象 20歳以上(平成30年3月31日時点)の女性※平成28年度に市の検診を受けた人(クーポン券受診者含む)は除く。  
 場所 京都府内の指定医療機関(市内は大塚産婦人科医院、おさむら産婦人科)※指定医療機関については市役所へお問い合わせください。  
 内容 問診、婦人科内診、子宮頸部細胞診

## 3 乳がん検診 (二次申込) 要申込

実施期間 12月1日(金)～平成30年2月28日(水)  
 申込期限 平成30年1月31日(水)  
 対象 40歳以上(平成30年3月31日時点)の女性※平成28年度に市の検診を受けた人(クーポン券受診者含む)は除く。また、乳房形成術を受けたことのある人、妊娠中の人、ペースメーカーを装着している人、胸部の皮下に医療用具を埋め込んでいる人も除く。  
 場所 指定医療機関(男山病院、京都八幡病院、田辺中央病院)  
 内容 問診、視触診、マンモグラフィ(40歳代:2方向、50歳以上:1方向)

## 4 乳がん検診管外受診制度 要申込

京都府内の指定医療機関でも受診できるようになりました。  
 実施期間、対象、内容については3乳がん検診(二次申込)と同じ。  
 申込期限 12月28日(木)  
 場所 京都府内指定医療機関※指定医療機関については、市ホームページで確認、または市役所へお問い合わせください。

### 各がん検診申込方法 1～4共通

健康推進課で申し込みいただくか、希望検診名、住所、氏名、生年月日、満年齢、電話番号、子宮がん検診・乳がん検診は受診する医療機関名(記載がない場合、子宮がん検診は市内用・乳がん検診は男山病院・京都八幡病院・田辺中央病院用の案内を送付します)を記入し、ハガキか封書(申込期間内の消印有効)でお申込みください。

### 市役所北側駐車場等の利用停止について

胃がん検診実施に伴い、検診車が停車するため、市役所北側駐車場と駐輪場の一部は終日利用できません。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解、ご協力をお願い致します。  
 11月の検診実施日 7日(火)、9日(木)、10日(金)、16日(木)、17日(金)、22日(水)、28日(火)

### 男性のための料理教室

日時 ①12月8日(金)、②平成30年3月23日(金)午前10時～午後0時30分  
 場所 福祉会館  
 対象 市内在住の男性  
 定員 各日30人(先着順)  
 費用 1回500円  
 持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、筆記用具  
 申込み・問合せ ①12月1日(金)まで、②開催日の1週間前までに電話で健康推進課へ

### 元気アップ!体操教室

音楽体操、筋トレ、脳トレ、ストレッチ、体の動きをよくする体操など、動いて笑って、体と頭と心を元気にする運動教室です。会場毎に週1回開催。申込み不要。

日時 ①月曜日:11月6日・13日・20日・27日、②火曜日:11月7日・14日・21日・28日、③水曜日:11月1日・8日・15日・22日・29日※12月は火曜日に実施します。①②午後2時30分～4時、③午後2時～3時30分  
 場所 ①文化センター、②地域包括ケア複合施設YMBT、③川口コミュニティセンター  
 参加費 1回500円(初回は参加費無料。お得なパスポートもあります)  
 問合せ 特定非営利活動法人 元気アップAGEプロジェクト(☎080-4242-4734)



### 高齢者(65歳以上)のインフルエンザ予防接種

接種期間 11月1日(水)～平成30年1月31日(水)  
 申込期限 平成30年1月15日(月)  
 対象 ①65歳以上、②60歳～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能障がいがあり、身体障害者手帳の内部障がい1級と認定されている人※①・②いずれも年齢は接種日時点、

市内に住民登録がある人。  
 費用 1,500円(市民税非課税世帯・生活保護世帯の人は、接種前に健康推進課で免除申請すると無料になります)※【表①】参考。  
 事前申込方法 申請書に記入し健康推進課へ提出してください。(申請書は健康推進課窓口や市ホームページから入手できます)

### 予防接種の申込方法

【表①】

① 市内指定医療機関【表②】で接種希望自己負担1,500円(市民税課税世帯)	→	直接医療機関へ(市への申込不要)※保険証または各種受給者証を持参
② 市内指定医療機関で接種希望無料(市民税非課税世帯・生活保護世帯)	→	健康推進課へ事前申し込み
③ 他市の医療機関等で接種希望	→	健康推進課へ事前申し込み

※世帯とは、同じ住民票にのっている家族。  
 ※②・③の接種後の申し込みはできません。

### 八幡市指定医療機関 (高齢者インフルエンザ)

【表②】

医療機関名	住所	電話番号	予約
あさか内科医院	男山泉	468-3712	要
いばら木整形外科医院	八幡三本橋	983-5656	不要
入江医院	男山長沢	983-1718	不要
大塚産婦人科医院	男山長沢	982-1866	要
大森医院	橋本栗ヶ谷	971-0033	不要
小川医院	男山泉	963-5790	要
長村内科医院	内里内	981-1023	要
男山病院	男山泉	983-0001	要
京都八幡病院	川口別所	971-2001	要
工藤内科クリニック	橋本東原	982-0151	不要
小糸医院	男山金振	983-5110	不要※
しげまつ耳鼻咽喉科医院	男山長沢	981-8733	要
下野医院	八幡平谷	981-0030	不要※
たまがきあやこキッズクリニック	欽明台中央	205-1646	要
となみクリニック	八幡樋ノ口	633-5565	不要
なかじま整形外科・リウマチクリニック	欽明台中央	971-0012	要
中村診療所	八幡山柴	981-0510	要
いのゆ耳鼻咽喉科医院	八幡三本橋	981-8878	要
ふじさわ皮膚科クリニック	欽明台北	972-2860	不要
みぎはし医院	男山竹園	981-0282	要
みのやま病院	欽明台北	983-1201	要
みよし内科・消化器科	八幡柿ヶ谷	981-6860	要
もりおか耳鼻咽喉科医院	男山金振	972-5733	要
やすだこどもクリニック	欽明台西	971-1102	要
山下医院	橋本向山	982-2310	不要
八幡中央病院	八幡五反田	983-0119	不要
渡部医院	男山八望	982-2525	要

※各医療機関の予約受付時間は診察時間内。小糸医院は本曜日の午後のみ予約要。下野医院は午前は11時まで、午後は7時までの受付。

### 歯周疾患検診

平成29年度に40歳、50歳、60歳、70歳になる人を対象に受診票を送付しています。受診期間は12月28日(木)までとなっていますので、この機会にぜひ受診してください。検診費用は無料です。

### 減塩みそ手づくり教室

家族の健康を守るため、減塩で無添加のみそを一緒につくってみませんか。  
 日時 ①平成30年1月26日(金)、②2月6日(火)、③3月13日(火)※各日とも、午前10時～、午後1時～。  
 場所 文化センター  
 参加費 1口3,000円(麴2kg、大豆1kg、塩400g)  
 定員 各日40口(先着順)  
 持ち物 エプロン、手ふき、みそを入れる容器など  
 申込み 開催日の2週間前までに健康推進課へ

### 健幸アンバサダー養成講座

各種疾患・運動・栄養・ダイエット・認知症・若返りなど健康に関する情報を、「ロコミ」で人々に伝えていく「健幸アンバサダー」になりませんか? たくさんのご応募をお待ちしています。  
 日時 ①12月3日(日)午後1時～4時、②12月4日(月)午前9時～正午※どちらか1回にご参加ください。  
 場所 文化センター4階小ホール  
 対象 市内在住・在勤の人  
 定員 各日200人  
 内容 健康情報講座、情報伝達力向上講座、筋トレ体験講座、まちづくり情報講座  
 持ち物 筆記用具  
 申込み・問合せ 11月28日(火)必着で、電話またはFAX、郵送で、「健幸アンバサダー養成講座受講希望」と記載の上、名前、住所、電話番号、希望日時を記入し健康推進課(☎983-1111、FAX982-7988、〒614-8501八幡園内75)へ。



# 保健医療

市役所への問い合わせは  
☎983-1111 (代)  
FAX982-7988へ

◆保健コーナーに関する問い合わせは、健康推進課へ（個別に問い合わせがあるものを除く）。  
◎乳幼児健診や予防接種を受ける前に、あらかじめ質問票や予診票を記入してから会場までお越しください。  
◎予防接種を受ける前に、冊子「予防接種と子どもの健康」をよくお読みください。  
◎母子健康手帳を忘れずに持参ください。

## 11月の各種健康相談

- ▼窓口健康相談（要予約）  
21日（火）母子健康センター  
40歳以上が対象。保健師が健康に関する相談に応じます。
- ▼高齢者健康相談  
16日（木）南ヶ丘老人の家  
30日（木）八寿園  
65歳以上が対象。血圧測定と検尿の後、保健師が健康相談に応じます。  
※時間は午前9時30分～11時。  
※窓口健康相談は事前に健康推進課へ予約を。

## マタニティスクール

これからお父さん、お母さんになる人が対象。申し込みは電話で健康推進課へ（いずれも先着20組）



パート1「デンタルケア&絵本」  
▶12月7日（木）午後1時30分～4時、母子健康センター2階

## 離乳食教室

日時 12月14日（木）午後1時30分～4時  
場所 文化センター3階第4、6講習室  
定員 おおむね先着15組  
持ち物 エプロン、手ふき、筆記用具、おむつ、ミルク、母子健康手帳  
申込み 12月11日（月）までに電話で健康推進課へ（当日欠席のときは必ず連絡してください）。

## 休日応急診療所

☎983-3001  
診療日 日曜日・祝日・年末年始  
場所 八幡園内73-3（市役所北側）  
診療科目 内科・小児科、歯科  
受付時間 午前11時30分～午後5時30分  
診療時間 正午～

## 小児救急医療

次の医療機関では、休日・夜間に小児専門医が当直し、小児救急患者を診察します。  
●男山病院（☎983-0001）  
毎週金曜日（祝日は除く）  
午後6時～翌朝8時  
●宇治徳洲会病院（☎0774-20-1111）  
診療時間は直接病院へお問い合わせください。  
●田辺中央病院（☎0774-63-1111）  
24時間365日

## 小児救急医療電話相談

☎#8000 または ☎661-5596  
小児科担当看護師や小児科医師が、休日、夜間の電話相談に応じます。  
相談時間 午後7時～翌朝8時  
※土曜日は午後3時～翌朝8時

## 11月の乳幼児健康診査・育児健康相談のご案内

事業名	会場	日程	受付時間	対象	12月の日程
4カ月児健康診査	母子健康センター	20日（月）	午後1時～2時	平成29年6月21日～7月10日生	5日（火） 25日（月）
10カ月児育児健康相談 ※①	子育て支援センター（男山指月）	1日（水）	午前9時30分～10時30分	平成28年12月生 ※上記以外の乳幼児も希望があれば、当日母子健康手帳を持って直接会場へお越しください。計測・相談に応じます。（予約不要）	6日（水）
	男山公民館	2日（木）			7日（木）
	美濃山コミュニティセンター	6日（月）			4日（月）
	橋本公民館	7日（火）			5日（火）
	八幡人權・交流センター	10日（金）			8日（金）
	母子健康センター	13日（月）			11日（月）
1歳8カ月児健康診査	母子健康センター	8日（水）	午後1時～2時	平成28年2月15日～3月2日生 平成28年3月3日～3月24日生	13日（水）
		24日（金）			
3歳児健康診査	母子健康センター	14日（火）	午後1時～2時	平成26年5月生	19日（火）
		15日（水）			20日（水）

※各健診の対象者には通知しています。

※①男山公民館・子育て支援センターには駐車場がありません。

【持ち物】母子健康手帳、質問用紙

【健診内容】身体計測、内科診察（健診のみ）、育児相談、発達確認をします。

◎1歳8カ月児健康診査、3歳児健康診査は栄養相談、歯科健診（ブラッシング指導）があります。歯ブラシをお持ちください。

◎3歳児健康診査は視力検査と尿検査があります。尿検査は、健診当日の朝の尿を容器にとってお持ちください。

けんこう大使 やわたん



## 定期予防接種のお知らせ

### 【集団予防接種】

#### BCG予防接種

生後1歳に至るまで（標準的には生後は5カ月～8カ月に達するまで）に1回接種を受けてください。事前の予約は不要です。

日時・場所 11月10日（金）午後1時20分～2時20分・母子健康センター

持ち物 母子健康手帳、予診票

次の接種日は、12月8日（金）です。

### 【個別予防接種】

対象者には個別通知を行っています。送付された予診票と母子健康手帳、健康保険証など住所が確認できるものを必ず持参して、予診票裏面の指定医療機関にて対象年齢内に接種を受けてください。

ヒブ・小児用肺炎球菌、B型肝炎、四種混合（ジフテリア・破傷風・百日咳・ポリオ）、麻しん風しん混合（MR）、水痘、二種混合（ジフテリア・破傷風）、日本脳炎（※①）、子宮頸がん予防ワクチン（※②）

※①特例対象者（平成9年4月2日～平成19年4月1日生）に当てはまる人で日本脳炎の接種が完了していない人は、20歳未満の間に接種可能。

※②現在、積極的勧奨（個別通知）を行っていません。接種にあたってはその有効性と副作用が起こるリスクを十分に理解した上で受けるようにしてください。

### 【注意事項】

- ◆接種の際は、母子健康手帳・予診票が必ず必要です。（個別接種の場合は、健康保険証などの住所が確認できるものも必要）
- ◆母子健康手帳・予診票を忘れた場合、接種を受けることができませんのでご注意ください。
- ◆通知が届かない人や転入された人、予診票を紛失された人は健康推進課まで申し込みください。（電話申込可）
- ◆市外での接種を希望する人は、2週間前までに健康推進課へご連絡ください。

## 健康に幸せに

### ～健康フェスタ2017開催！～

市では、誰もが健康で幸せな生活を送ることができるように、市民の「健幸」を意識したまちづくりを行う「スマートウェルネスシティ」を推進しています。その取り組みの一環として、健康づくりの祭典「健康フェスタ2017」を10月21日に市民スポーツ公園・市民体育館で開催しました。あいにくの雨にもかかわらず約700人の親子連れらが来場しました。

健康づくりプログラム盛りだくさん イベントでは、健康チェックや体力テストのほか、ウォーキングや体操教室、スポーツ体験など、さまざまなプログラムを実施しました。「流れ橋ふれあいウォーキング」では、八幡市自治連合会の上原嘉昭会長から提供された真竹の杖を使い、日本遺産に認定された上津屋橋（通称：流れ橋）までみんなでウォーキング。「元

気アップ！体操教室」では、音楽に合わせて、「体」と「頭」の両方を使って体操。また、スローイングビンゴやトランポリンなど、子どもが楽しみながら取り組めるプログラムも行いました。

#### 特別講師に

元プロ野球選手の中村紀洋さん 親子健康運動教室では、特別講師に元プロ野球選手の中村紀洋さんを招き、親子らが一緒に運動。中村さんの指導を受けながら、準備運動やキャッチボールなどで楽しく体を動かしました。また、教室終了後にはトークショーも開催され、中村さんの現役時代などの話に聞き入っていました。

#### 「健幸」で輝く毎日に！

「健康」で「幸せ」に生活するには運動する習慣が大切です。こうし



ラジオ体操をする来場者たち

たイベントなどをきっかけに、健康づくりに取り組んだり、生活習慣を見直したりしませんか？市では、「健康フェスタ」のほかにもいろいろな健康づくりのイベントを開催しています。みんなで「健幸」で輝く毎日を目指しましょう！

問合せ 健康推進課



中村さんの指導を受けながら、キャッチボールをする子どもたち