

# がん検診を受けましょう!

## ※費用は無料

### 1 子宮頸がん検診 要申込

実施期間 令和2年2月29日(土)まで  
 申込期限 令和2年1月31日(金)まで  
 対象 20歳以上(令和2年3月31日時点)の女性※平成30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

### 2 乳がん検診(二次申込) 一部要申込

実施期間 令和2年2月29日(土)まで※実施期間終盤は医療機関の混雑が予想されますので、早めの受診をお願いします。  
 申込期限 令和2年1月31日(金)まで  
 対象 40歳以上(令和2年3月31日時点)の女性のうち西暦で偶数年生まれの人※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は受診できません。  
 場所 京都府内の指定医療機関  
 ※下記3病院以外で受診される場合は要申込

### 3 病院(男山病院、京都八幡病院、田辺中央病院)で受診する場合

申込不要。直接医療機関へ予約。  
 内容 問診、マンモグラフィ(40歳代:2方向、50歳以上:1方向)※西暦で奇数年生まれで平成30年度に市の検診を未受診の人(クーポン券受診者含む)のうち、検診を希望される人は健康推進課までお問合せください。

### 各がん検診申込方法 1、2(一部)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、受診する医療機関名(記載がない場合、子宮頸がん検診は市内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)でお申し込みください。

### 1・2無料クーポン券対象の人へ

がん検診促進のために6月末に無料クーポン券を送付しています。使用期限は令和2年2月29日(土)までです。この機会にぜひ検診を受診してください。  
 ※実施期間終盤は医療機関の混雑が予想されますので、早めの受診をお願いします。

### ▶高齢者肺炎球菌ワクチン任意接種費用の一部助成

高齢者肺炎球菌ワクチンを任意で接種される費用の一部を助成します。  
 対象 65歳以上(令和2年3月31日時点)の人(健康保険を適用して接種する人は除く)  
 助成額 4,000円(助成は生涯で1回限り)  
 【予防接種の受け方】  
 全額を医療機関に支払い、後日、助成の申請をしてください(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)。医療機関発行の領収書(接種者の氏名、接種年月日、接種費用、予防接種名、領収印

のあるもの)、接種済証、印かん、預金通帳など振込先の分かるものを持参し、健康推進課へ。

### ▶高齢者肺炎球菌定期接種

65歳以上の定期予防接種対象者には個人通知を4月に郵送しています。60歳以上65歳未満(接種日当日)で、身体障がい1級と認定されている心臓・腎臓・呼吸器機能障がいのある人、およびヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある人も対象となります。詳しくは、健康推進課へお問い合わせください。

### ▶高齢者(65歳以上)のインフルエンザ予防接種

接種期間 令和2年1月31日(金)まで  
 申込期間 令和2年1月17日(金)まで  
 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	市内協力医療機関【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	市内協力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。

### 八幡市協力医療機関

医療機関名	住所	電話番号	高齢者インフルエンザ(予約)	高齢者肺炎球菌ワクチン(予約)
あさか内科医院	男山泉	468-3712	要	要
市岡整形外科クリニック	男山泉	874-7617	要	要
いばら木整形外科医院	八幡三本橋	983-5656	不要	不要
入江医院	男山長沢	983-1718	不要	要
大塚産婦人科医院	男山長沢	982-1866	要	要
大森医院	橋本栗ヶ谷	971-0033	不要	不要
小川医院	男山泉	963-5790	要	要
長村内科医院	内里内	981-1023	要	要
男山病院	男山泉	983-0001	要	要
かたやまクリニック	欽明台中央	982-8181	要	要
京都八幡病院	川口別所	971-2001	要	要
工藤内科クリニック	橋本東原	982-0151	不要	要
小糸医院	男山金振	983-5110	不要※	不要
しげまつ耳鼻咽喉科医院	男山長沢	981-8733	不要	不要
下野医院	八幡平谷	981-0030	不要	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	要
となみクリニック	八幡樋ノ口	633-5565	不要	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	要
中村診療所	八幡山柴	981-0510	要	要
にのゆ耳鼻咽喉科医院	八幡三本橋	981-8878	要	要
ふじさわ皮膚科	欽明台北	972-2860	不要	要
みぎはし医院	男山竹園	981-0282	要	不要
みのやま病院	欽明台北	983-1201	要	要
みよし内科・消化器科	八幡柿ヶ谷	981-6860	要	要
もりおか耳鼻咽喉科医院	男山金振	972-5733	要	要
やすだこどもクリニック	欽明台西	971-1102	要	要
山下医院	橋本向山	982-2310	不要	不要
八幡中央病院	八幡五反田	983-0119	不要	不要
渡部医院	男山八望	982-2525	要	要

高齢者インフルエンザの予約受付時間は各医療機関の診療時間内。  
 ※小糸医院は木曜日の午後のみ予約要。

### ▶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。申し込みは電話で保健係(☎983-1115)へ(いずれも先着20組)

#### パート1「デンタルケア&絵本」

▶12月3日(火)午後1時30分~3時30分、母子健康センター2階

#### パート2「体調管理のコツと簡単レシピ(試食)&先輩ママとの交流会」

▶12月12日(木)午後1時30分~3時30分、文化センター3階第6講習室

#### パート3「出産の準備と育児」

▶12月21日(土)午前9時30分~正午、母子健康センター2階  
 ※次回は令和2年2月です。

### ▶元気アップ!体操教室

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。申し込み不要。

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) 園NPO法人元気アップAGEプロジェクト(☎080-4242-4734)

場所	日時
① 文化センター	12月2日、9日、16日、23日。各日月曜日。午後2時30分~4時
② 地域包括ケア複合施設YMBT	12月3日、10日、17日。各日火曜日。午後2時30分~4時
③ 川口コミュニティセンター	12月4日、11日、18日。各日水曜日。午後2時~3時30分
④ 山柴公民館	12月6日、13日、20日。各日金曜日。午後2時~3時30分
⑤ よりば路(京都八勝館横)	12月6日、13日、20日。各日金曜日。午前10時~11時30分

### 献血

日時 12月17日(火)午前9時30分~11時45分、午後1時~3時30分  
 場所 文化センター  
 輸血の安全を高めるため、400mlの献血にご協力ください。

### ▶減塩みそづくり教室

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令和2年2月28日(金)、

②3月17日(火)※各日とも、午前10時~、午前11時~、午後1時~。  
 場所 文



化センター3階第4講習室  
 参加費 1口3,000円(麴2kg、大豆1kg、塩400g)※1人2口まで。  
 定員 各14口(先着順。1日42口)  
 持ち物 エプロン、手ふき、みそを入れる容器など  
 ④・園開催日の2週間前までに保健係(☎983-1115)へ

# 保健医療

◆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。

## ▶12月の各種健康相談

▼窓口健康相談（要予約）	
17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	
12日（木）	南ヶ丘老人の家
24日（火）	有都福祉交流センター・有都交流センター（要予約）
26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。有都福祉交流センター・有都交流センターは午後1時～2時。

※窓口健康相談、高齢者健康相談の有都福祉交流センター・有都交流センター実施分は事前に保健係(☎983-1115)へ予約を。

## ▶離乳食教室

日時 12月12日（木）午後1時30分～3時30分  
 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  
 12月6日（金）までに電話で保健係(☎983-1115)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  
 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

## ▶年末年始の業務案内について

年末年始の小児救急医療・休日応急診療所は3面の＜年末年始の業務案内＞に掲載しています。

## 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

## 12月の乳幼児健康診査・すこやか子ども相談のご案内 保健係(☎983-1115)

事業名	会場	日程	受付時間	対象	1月の日程
4カ月児健康診査	母子健康センター	13日（金）	午後1時～2時	令和元年8月1日～8月20日生	8日（水） 27日（月）
10カ月児健康相談	母子健康センター	9日（月）	午前9時30分～10時30分	平成31年1月6日～1月25日生	9日（木） 29日（水）
1歳8カ月児健康診査	母子健康センター	6日（金）	午後1時～2時	平成30年3月13日～4月4日生	17日（金）
		20日（金）		平成30年4月5日～4月23日生	
3歳児健康診査	母子健康センター	17日（火）	午後1時～2時	平成28年6月生	21日（火）
		18日（水）			22日（水）
すこやか子ども相談※①	子ども・子育て支援センター（すくすくの杜）	2日（月）	午前9時30分～10時30分	0歳から就学前までの乳幼児で希望があれば、当日母子健康手帳を持って直接会場へお越しください。（予約不要）	7日（火）
	子育て支援センター（あいあいポケット）	4日（水）			8日（水）
	母子健康センター	5日（木）			14日（火）
	八幡人権・交流センター	6日（金）			10日（金）

※各健診の対象者には通知しています。  
 ※①子育て支援センター（あいあいポケット）には駐車場がありません。子ども・子育て支援センター（すくすくの杜）は、南玄関が出入口となります。

けんこう大使 やわたん



【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、栄養相談をします。  
 ◎10カ月児健康相談はふれあい遊び、読み聞かせ、歯みがき指導があります。当日、子ども用の歯ブラシをプレゼントします。  
 ◎1歳8カ月児健康診査、3歳児健康診査は歯科健診、歯みがき指導があります。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。  
 【すこやか子ども相談内容】身体計測、育児相談、栄養相談、ふれあい遊びをします。身体計測については、2歳までのお子さんが対象となります。

## 定期予防接種のお知らせ 保健係(☎983-1115)

### 【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 12月11日（水）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

次回の接種日は、令和2年1月10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11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。

# 暮らし生き生き 健康に幸せに 掲示板

## 【日本でのインフルエンザワクチン接種】

寒い季節になりました。この時期になると、インフルエンザによる学級閉鎖や休校が話題になります。

日本では、約30年間実施されていたインフルエンザワクチンの学童への集団接種が1994年に中止されました。その後インフルエンザワクチン接種がほとんど行われない時期があり、高齢者におけるインフルエンザの集団感染や症状の重症化が社会問題となりました。しかし、日本以外の先進諸国では、高齢者、ハイリスク患者のインフルエンザワクチン接種を推奨しており、日本でも2001年秋に改正予防接種法が国会を通過し、高齢者の一部公費負担によるイ

ンフルエンザワクチン接種が開始されました。

## 【インフルエンザワクチンの効果・有効性は？】

インフルエンザは、ウイルスが口・鼻・眼の粘膜から体の中に入ってくることで始まります。ウイルスが細胞に侵入して増殖した状態が「感染」ですが、インフルエンザワクチンにはこれを完全に抑える働きはありません。ウイルスが増殖すると、数日の潜伏期間を経て、発熱やのどの痛み等の症状が出現します。この状態を「発病」といい、インフルエンザワクチンにはこの「発病」を抑える効果が一定程度認められています。発病後、多くの方は1週間程度で回復しますが、中には肺炎や脳症

等の重い合併症が現れ、入院治療を必要とする人や死亡する人もいます。これをインフルエンザの「重症化」といい、特に基礎疾患のある人や高齢の人は重症化する可能性が高いと考えられています。

インフルエンザワクチンの最も大きな効果は、「重症化」を予防することなのです。

## 【インフルエンザの予防について】

インフルエンザ予防として有効な方法は、外出後の手洗い、適度な湿度の保持、十分な栄養とバランスのとれた栄養摂取、人混みや繁華街への外出を控える、そして流行前のワクチン接種があげられます。

本市では、65歳以上の人を対象とした高齢者インフルエンザ予防接種の助成制度があります。インフルエンザ予防の徹底と、発症した場合の重症化予防に有効なワクチン接種でインフルエンザ対策に取り組みませんか？

健康増進係(☎983-1116)