



仁賀保保健センター (スマイル内) ☎32-3000
 金浦保健センター ☎38-4200
 象潟保健センター ☎43-7501

※各種相談は秘密厳守です。

こころの相談日

臨床心理士による育児相談や「不登校・ひきこもり・家庭内暴力など」の思春期相談や「うつ」等の相談を行っています。

期日 7月11日(木)
 時間 ①午前10時～正午
 ②午後1時～3時

※1人/1時間
 会場 スマイル

申込 9日(火)までスマイル

精神保健相談日

精神科医師による相談事業で、本人や家族が対象です。まずはご相談ください。

期日 7月11日(木)

時間 ①午後2時～3時
 ②午後3時～4時
 会場 スマイル
 申込 9日(火)までスマイル

親子のニコニコクラブ

毎月、季節に応じた行事や遊びなどを開催しています。保育園に入園前の子どもとその保護者が対象です。

会場 ①③は象潟保健センター、②にかほ市消防署(現地集合)

受付 午前9時30分～10時
 申込先 象潟保健センター

◆◆◆

①ひよこ・ぱんだコース
 期日 7月17日(水)
 対象 平成23年4月2日～

25年4月1日生まれ
 内容 救急救命講習

申込期限 7月12日(金)

②うさぎコース
 期日 7月24日(水)
 対象 平成21年4月2日～

23年4月1日生まれ
 内容 救急救命講習(消防署見学付き)

申込期限 7月19日(金)

③全コース共通

期日 7月31日(水)

対象 平成21年4月2日～

25年4月1日生まれ
 内容 夏まつり
 申込期限 7月26日(金)

▽すくすく広場(7月の象潟保健センター開放日)
 期日 16日(火)、18日(木)、19日(金)、22日(月)、30日(火)

▽7月のこころ相談日(身長・体重も測れます)
 期日 22日(月)

時間 午前9時30分～11時30分

時間 午前10時～11時

フレッシュパパママ講座

期日 8月2日(金)
 受付 午後6時40分～55分
 時間 午後7時～9時

会場 金浦保健センター
 対象 第1子を今年9月～12月未までに出産予定の夫婦

内容 △赤ちゃんの特徴
 △ミルクの作り方
 △お風呂の入れ方

申込期限 7月29日(月)

申込 金浦保健センター

今年もみんなで取り組む「熱中症予防」

一人ひとりが周囲の人に気を配り、熱中症予防を呼びかけあうことが大切です。

水分・塩分補給

喉が渇いていなくても水分補給をしましょう。ビールなどアルコールを含む飲料は、かえって体内の水分を出してしまいうため、飲みすぎには注意しましょう。

汗には塩分が含まれているため、炎天下でスポーツや作業をして大量に汗をかいた場合は、水分とともに塩分も摂りましょう。

室内温度・湿度の管理

室温28℃以上になったら、換気やエアコン、扇風機等で室温を下げましょう。



特に注意していただきたいこと

- ①暑さの感じ方は人によって異なります！
- ・体調の変化や暑さに対する慣れが影響して、暑さに対する抵抗力は個人によって違います。体調の変化に気を付け、万全の予防を心がけましょう。
- ②高齢者の方は特に注意が必要です！
- ・高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しています。
- ③周囲へ気配りを！
- ・高齢者の他に、幼児や障害児・者については、周囲が協力して注意深く見守るようにしましょう！

平成25年度 金浦地区

各種検診の日程



肺がん検診

対象 30歳以上
 内容 胸部レントゲン検査、問診(必要時痰の検査)
 料金 600円

結核検査

対象 65歳以上で肺がん検診を受診しない方
 内容 胸部レントゲン検査
 料金 無料

C型肝炎検査

対象 40歳
 内容 問診、血液検査
 料金 700円

前立腺がん検診

対象 50歳以上の男性
 内容 血液検査(PSA検査)
 料金 700円

大腸がん検診

対象 30歳以上
 内容 問診、便潜血反応検査(2日分)
 料金 800円

肺がん・大腸がん・前立腺がん・C型肝炎



| 実施日 | 受付時間 | 対象地区 | 会場 |
|----------|-------------|-----------------|----------|
| 7月24日(水) | 9:30～11:00 | 1町内、2町内 | 金浦保健センター |
| | 13:30～14:30 | 4町内、大竹、前川、赤石 | |
| 7月25日(木) | 9:30～11:00 | 3町内、5町内、6町内、7町内 | エニワン |
| | 13:30～14:30 | 8町内、黒川、飛 | |

結核・大腸がん・前立腺がん・C型肝炎

| 実施日 | 受付時間 | 対象地区 | 会場 |
|----------|-------------|----------------|------|
| 7月26日(金) | 9:30～11:00 | 5～8町内、飛、黒川 | エニワン |
| | 13:30～14:30 | 1～4町内、大竹、前川、赤石 | |

全額助成

風しん・MR予防接種



風しんの全国的な流行を受け、妊娠・出産に大きく関わる年齢層を対象に、市では、風しん・MR(麻しん風しん混合ワクチン)任意予防接種の接種料金を全額助成します。妊娠初期の助成が風しんに罹患した場合、生まれた赤ちゃんに心臓疾患や難聴などの障害が起こる可能性があります。こうしたことを予防するためにも、特に妊娠を考えている女性やその夫、家族の方はこの機会にぜひ予防接種を受けましょう！

| | |
|--------|---|
| 対象 | 20～49歳の方 ※ただし、風しんにかかったことが確実な方、風しんの予防接種を2回接種(麻しん風しん混合ワクチンを含む)した方を除きます。 |
| 実施期間 | 平成25年7月1日～平成26年3月31日 |
| 委託医療機関 | 小出診療所 ☎36-2124 加藤医院 ☎35-2543 院内診療所 ☎36-2150 金病院 ☎43-5522 すずらん診療所 ☎62-8065 神坂医院 ☎43-3108 武道島とうくりクリニック ☎43-4171 池田医院 ☎43-3106 さいとうクリニック ☎43-3105 木村医院 ☎43-3308 ※医療機関に要予約です。由利本荘市で接種を希望する方は、各保健センターまでお問い合わせください。 |

すでに4月～6月に風しんの予防接種を受けた方については、接種費用を償還払いします。各保健センターで申請の手続きをしてください。

【申請に必要なもの】

- ①予防接種済証または予診票の写し
- ②領収書
- ③口座振込のための通帳
- ④印かん

子宮頸がん予防ワクチンの積極的な接種勧奨を差し控えています

上記のワクチンは平成25年4月から定期接種になりましたが、今後早急に調査すべきとされた副反応症例がみられたことから、適切な情報提供ができるまで、ワクチン接種を積極的にはお勧めしないことになりました。ただし、中止ではありませんので、接種を希望する場合は医療機関と相談をし、有効性とリスクを十分理解した上、接種してください。不明な点はお問い合わせください。