



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

健康づくり食育教室
 6月は「金浦地域」です

市では「健康づくり食育教室」を各地域で開催します。食生活を見直すことは、健康づくりの基本となります。

この教室で、うす味料理の工夫やバランスのとれた食事について勉強してみませんか。

期日 6月19日(金)
時間 午前10時～午後1時
会場 金浦保健センター
参加費 300円
持ち物 エプロン、三角巾
定員 18人
申込期限 6月9日(火)
申込・問合先 スマイル

各種検診の日程



乳がん子宮頸がん検診 [象潟地域]

【子宮頸がん検診】

- ◆対象 ①今年度20～40歳の女性 (HPV検査も同時に実施)
- ②今年度42歳以上の偶数年齢の女性
- ◆内容 問診、細胞診、卵巣腫瘍検診(超音波検査)

【乳がん検診】

- ◆対象 今年度40歳以上の偶数年齢の女性
- ◆内容 問診、マンモグラフィ検査

実施日	対象地区	会場	受付時間
6月22日(月)	下浜山、大塩越、島、中橋町、小浜・唐ヶ崎、大町、横町、妙見町、下浜の町、上浜の町、浜畑、臨海、荒古屋、駅前、下新町、上新町、冠石、下荒屋	象潟保健センター	12:30～13:30
24日(水)	上荒屋、栄町、潟見町1区・2区、武道島1区・2区、28区、29区、30区、31区、32区、33区		
26日(金)	34区、大谷地、上狐森、松ヶ丘、桜ヶ丘、向山、鳥の海1区・2区、鳥屋森、はまなす		
29日(月)	上浜地区	上浜都市農村交流センター	
7月1日(水)	上郷地区	上郷生活改善センター	

※乳がん検診のみ申し込みされている方には、別に日程通知をお送りします。

骨粗鬆症検診 [象潟地域]

- ◆対象 今年度40、45、50、55、60、65、70歳の女性
- ◆内容 問診、骨密度測定(前腕骨のレントゲン撮影)

実施日	対象地区	会場	受付時間
6月25日(木)	象潟地域全地区	象潟保健センター	9:00～10:30

親子のニコニコララ

毎月季節に合わせ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。

【ぼんだ・うさぎ】

合同コース

期日 6月10日(水)
対象 平成23年4月2日～26年4月1日生まれ
内容 親子あそび
申込期限 6月5日(金)
会場 象潟保健センター

【全コース合同】

期日 6月17日(水)
対象 平成23年4月2日～27年4月1日生まれ
内容 作ってあそぼ
申込期限 6月12日(金)
会場 スマイル
 ◆◆◆◆◆
受付 午前9時30分～10時
申込・問合先 象潟保健センター

すくすく広場

▽すくすく広場(6月の保健センター開放日)
期日 1日(月)、3日(水)、4日(木)、8日(月)、15日(月)、16日(火)、19日(金)

時間 午前9時30分～11時30分

▽6月のニコニコ相談日(身長・体重も測れます)
期日 19日(金)
時間 午前10時～11時

5歳児健診でむし歯のなかつたお友だち

仁賀保地域の5歳児健診(4月8日)でむし歯のなかつた子どもは、21人中14人でした。

- ☆小川 みう(三森)
- ☆酒井 唯華(三森)
- ☆齋藤 幹太(平沢)
- ☆藤井 幸愛(平沢)
- ☆渡邊 陽菜乃(平沢)
- ☆神谷 聡太(新町社宅)
- ☆佐藤 廉(新町社宅)
- ☆笠置 風慳(室沢)
- ☆佐藤 楓華(室沢)
- ☆松田 晴太郎(室沢)
- ☆石垣 柊士郎(横根)
- ☆横山 小雪(横根)
- ☆佐藤 迅(田抓)
- ☆阿部 晴陽(杉山)



精神保健相談日

精神科医師による相談事業です。ご本人、家族の方が対象です。一人で悩まずご相談ください。
期日 6月18日(木)
時間 午後2時～3時
会場 仁賀保保健センター
申込 16日(火)まで仁賀保保健センターへ

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」などの相談を行なっています。
期日 6月11日(木)
時間 午前10時～12時
 ※1人1時間
会場 仁賀保保健センター
申込 9日(火)まで仁賀保保健センターへ



成人歯科検診のお知らせ

「歯ぐきから血が出る」「口臭がひどくなる」「歯が少し動いてきた」などの症状がある方は歯周病のサインかもしれません！
 歯周病は、歯の周りを支えている歯肉や骨が壊される病気です。歯周病は心臓病や糖尿病等の原因にもなります。早期の対処が大切です！そこで、にかほ市では今年度40歳、50歳、60歳、70歳になる方を対象に、無料で歯科検診を実施します。検診申込み調べる方は、5月中旬に通知が届きます。申込みをしていない方でも受診を希望する場合は各保健センターにお問い合わせください。
期間 6月1日～2月29日
受診方法 希望する左記の市内医療機関にて個別に受診(要予約)

- ◆◆◆◆◆
- ◆ 仁賀保地域 小松歯科医院、すずき歯科医院
- ◆ 金浦地域 さとう歯科クリニック
- ◆ 象潟地域 かんざか歯科医院、古田歯科医院



生活環境課

狂犬病予防注射 2次巡回

6月21日(日)

飼い犬には、年に一度の狂犬病予防注射が必要です。必ず受けさせましょう。市に登録している犬で4月の注射を受けていない飼い主の方には、集合注射受診ハガキを送付します。予防注射を受ける際には、ハガキと料金(1頭3,250円)を持参してください。つり銭のないよう、ご協力をお願いいたします。
 集合注射は、今回で最終です。注射を受けさせられない方は、動物病院で受けさせていただきます。(動物病院では料金が異なります)

※近くの会場で受けられない場合は、他地域の会場で受けることもできます。登録していない犬は、登録手続き後の注射になります。(登録手数料は1頭3,000円)

象潟地域

- ・ 9時～9時40分 象潟構造改善センター前
- ・ 10時～10時20分 上郷生活改善センター前
- ・ 10時30分～11時 都市農村交流センター前

金浦地域

- ・ 9時～9時40分 金浦庁舎自転車置場前

仁賀保地域

- ・ 9時～10時 仁賀保庁舎駐車場
- ・ 9時50分～10時10分 とんがり童夢「パオ」前
- ・ 10時20分～10時40分 院内小学校前
- ・ 10時30分～10時40分 冬師自治会館前