

# 健康カレンダー 1月

受=受付 内=内容 定=定員 費=費用 申=申込 場=場所 注=注意

各相談・検診などの詳細については、右のQRコードを読み取ってください。



注新型コロナウイルスワクチン  
関連情報については「ワクチン  
接種班だより（本紙3ペー  
ジ）」をご覧ください

令和4年度健康づくりカレンダー

## 定期予防接種 保健センター ☎ 33-8000

定期予防接種はすべて医療機関での個別接種です。町内委託医療機関や予診票の送付時期については、令和4年度健康づくりカレンダーをご参照ください。

※町外医療機関で接種を希望する人は、事前に保健センターで手続きが必要です。

持ち物：母子健康手帳、予診票（お手元に届いている人のみ）

※各種予防接種の内容に関する相談や転入などで予診票を持っていない人は、保健センターへお問い合わせください。

※新型コロナウイルス感染拡大の影響で定期予防接種の時期を遅らせることのないよう、適切な時期（対象年齢）に受けましょう。



▲定期予防接種  
について



▲町内委託医療  
機関について

## 乳幼児のための健康診査 保健センターで実施/圏・申込：子育て世代包括支援センター ☎ 33-9035

乳幼児健康診査は、お子さんの節目の成長発達を確認する大切な健診です。乳児（4ヵ月児）・1歳6ヵ月児・3歳6ヵ月児で健康診査を実施しています。また、乳児（10ヵ月児）相談を実施しています。対象の人へは個別にお知らせします。健診・相談に来られる際には、案内をよくお読みになったうえで、お越しいただくようご協力ください。

※現在、新型コロナウイルス感染症対策のため、時間を分けて案内しています。対象の月齢を過ぎての案内となる場合もありますのでご了承ください。

日程・対象については、令和4年度健康づくりカレンダーをご覧ください。



## 母と子の教室・相談 保健センターで実施/圏・申込：子育て世代包括支援センター ☎ 33-9035

参加時はマスクの着用をお願いします。また体調不良時には参加をご遠慮いただくなどご協力ください。

行事名	内容など
赤ちゃん体操教室（らっこクラス）	内 赤ちゃん向けの遊びを中心とした体操の紹介など 定 8組（1部・2部ともに） 受 1部 9:15～9:30 / 2部 10:15～10:30
赤ちゃん体操教室（こあらクラス）	内 妊娠中の過ごし方や歯の健康、栄養についての話 定 8人 受 9:15～9:30
プレママ教室	内 保健師・助産師・栄養士などがお子さんの発育や育児などについて相談を受けます 受 9:00～11:30の間で時間予約制（30分程度） ※オンライン相談も実施しています。詳しくは町ホームページまたは保健センターへお問い合わせください。



日程・対象については、令和4年度健康づくりカレンダーをご覧ください。

## 高齢者のための予防接種

予防接種名	日程	対象 / 内容
高齢者肺炎球菌予防接種	医療機関で 3月31日(金)まで	対象…①令和4年4月2日～令和5年4月1日までの間に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる人②接種当時において、60～65歳未満で、内部障害などのため医師が予防接種を必要と認めた人 注①②とも過去に一度でも肺炎球菌予防接種をした人は対象外ですので、ご注意ください。 費 3,000円 注対象と思われる人には令和4年4月に接種券（ハガキ）を送付しました。転入や紛失などで接種券をお持ちでない人は、保健センターまでご連絡ください。

注町内委託医療機関へは、直接お申し込みください。町外医療機関での接種を希望する人は、事前に保健センターで手続き（接種券、自己負担金）が必要です。

注生活保護受給者は、事前に健康福祉課社会福祉係（☎ 34-2098）へ事前にお申し出のうえ、自己負担金免除の手続きをしてください。

※新型コロナウイルス感染症による影響により、本紙に掲載されている情報が変更になる可能性があります。最新の情報については、担当課へお問い合わせいただくか、町ホームページをご確認ください。

## 成人のための個別検診 (保健センター ☎ 33-8000 / 検診対象年齢は令和5年3月31日時点の年齢。70歳以上の人は無料、申込制)

検診名	実施期間	対象	内容
子宮がん検診		20歳以上の女性 (2年に1回の受診)	内 子宮頸部(費 2,000円) 注医師が必要と認めた場合、子宮頸部と体部がん検診(費 3,500円) 申 場 県内実施医療機関
乳がん検診	2月末日まで 注受診票は保健センターで発行しています。	40歳以上の女性 (2年に1回の受診)	内 マンモグラフィ検査 費 2,800円 申 場 県内実施医療機関 注受診できない人…乳房疾患、胸部外傷で治療中、心臓ペースメーカー装着者、妊娠中・授乳中または断乳直後の人、乳房内に人工物が入っている人など
胃がん検診(胃内視鏡検診)		50歳以上 (2年に1回の受診)	内 胃内視鏡(胃カメラ)による検査 費 3,000円 申 場 国保中央病院・健康づくりセンター 注受診できない人…胃の治療中や胃全摘手術をした人、抗血栓薬を飲んでいる人など(詳細については、保健センターまでお問い合わせください)

注各医療機関の休診日に注意して、期間内に受診しましょう。

## 新型コロナウイルス感染症在宅療養者等への支援について 保健センター ☎ 33-8000

新型コロナウイルス感染症の陽性が判明した人のうち、自宅で療養されていて、食材の調達が困難な人に在宅療養者支援物資の配達・パルスオキシメーターの貸し出しを実施しています。

### 対象者

陽性者のうち、症状（発熱や咳、倦怠感など）がある人  
※同居家族の中に買い物に行くことができる人（陽性者及び濃厚接触者のうち無症状の人など）がいる場合は対象外となりますのでご了承ください。

※役場の閉庁日（土・日曜日、祝日及び年末年始）に連絡を受けた場合は、翌々日以降の配達になる場合がありますのでご了承ください。

### 普段から家庭で備蓄をしましょう

新型コロナウイルス感染症及び災害時を含め、普段から家庭備蓄が必要です。見直してみましょう



町ホームページ  
「新型コロナウイルス感染症の在宅療養者等への支援について」



家庭備蓄のすすめ

## 新型コロナウイルス感染症拡大防止にかかる 磯城休日応急診療所の診療体制について

現在、下記のとおり診療を行っています。

- ①発熱などの症状がある人は、受診前に磯城休日応急診療所（☎ 33-8000）までお電話ください。
- ②症状の有無にかかわらず感染の不安のある人は、受診前にまず新型コロナ・発熱患者受診相談窓口（☎ 0742-27-1132 / FAX 0742-27-8565：24時間対応）に電話相談してください。

※磯城休日応急診療所（日曜日、祝日、年末年始/午前10時～正午、午後0時40分～4時）を受診の際、乳児などの受診に関しては、専門医の診療が必要な場合がありますので、事前に電話でお問い合わせください。（保険証が必要）

※受付時間は診療終了時間の30分前まで。

※自動車でお越しの際は、保健センター専用駐車場をご利用ください。



☎ 保健センター ☎ 33-8010 / 宮古404の7 / 8:30～17:15（土・日曜日、祝日を除く）