

保健カレンダー

乳がん検診

| 月日(曜) | 場所 | 受付時間 |
|-----------|--------------|-------------|
| 10月11日(火) | 金浦公民館 | 13:00~14:00 |
| 10月12日(水) | 北川公民館 | |
| 10月13日(木) | 大島公民館 | |
| 10月14日(金) | 笠岡諸島開発総合センター | 10:30~11:00 |
| 10月18日(火) | 保健センター | 13:30~14:00 |
| 10月19日(水) | | 13:00~14:00 |

※対象者…20歳以上の女性

子宮頸部がん・乳がん検診(済生丸)

| 月日(曜) | 場所 | 受付時間 |
|-----------|---------|-------------|
| 10月31日(月) | 白石島港 棧橋 | 10:00~11:30 |
| | 六島港 棧橋 | 13:45~14:00 |
| 11月1日(火) | 高島港 棧橋 | 9:45~10:15 |
| | 真鍋島港 棧橋 | 12:15~13:00 |
| | 飛島港 棧橋 | 14:15~14:45 |

※対象者…<子宮頸部がん検診>20歳以上の女性
<乳がん検診>30歳以上の女性

成人検診の問合せ…健康福祉課 ☎69-2101

乳児健診

| 月日(曜) | 場所 | 受付時間 |
|-----------|--------|-------------|
| 10月20日(木) | 保健センター | 13:00~14:00 |

※対象者…平成17年6月生まれの人

1歳6カ月健診

| 月日(曜) | 場所 | 受付時間 |
|-----------|--------|-------------|
| 10月27日(木) | 保健センター | 13:00~14:00 |

※対象者…平成16年3月生まれの人

3歳児健診

| 月日(曜) | 場所 | 受付時間 |
|-----------|--------|-------------|
| 10月13日(木) | 保健センター | 13:00~14:00 |

※対象者…平成14年7月生まれの人

生ボリオ

| 月日(曜) | 場所 | 受付時間 |
|-----------|--------|-------------|
| 10月28日(金) | 保健センター | 13:30~14:00 |

※対象者…生後3カ月~90カ月未満の人

※接種方法…6週間以上の間隔で2回投与

※保護者以外の人と一緒に連れてこられる場合は、委任状が必要です。

子どもの健診の問合せ…子育て支援課

☎69-2132

日曜・休日当番表

【内科】

| | | |
|-----------|-------------|---------|
| 10月10日(祝) | さくらい内科小児科医院 | 66-4800 |
| 10月16日(日) | 小田内科医院 | 67-5511 |
| 10月23日(日) | 猪木医院 | 62-3737 |
| 10月30日(日) | 渡辺クリニック | 62-2319 |
| 11月3日(祝) | 木野山医院 | 67-0852 |
| 11月6日(日) | 谷口クリニック | 66-0517 |

【外科】

| | | |
|-----------|--------------|---------|
| 10月10日(祝) | 笠岡中央病院 | 62-5121 |
| 10月16日(日) | 大嶋整形外科内科医院 | 65-1110 |
| 10月23日(日) | 西井ウイメンズクリニック | 62-3249 |
| 10月30日(日) | 笠岡第一病院 | 67-0211 |
| 11月3日(祝) | 笠岡大崎整形外科 | 69-6060 |
| 11月6日(日) | 村上脳神経外科内科 | 69-2345 |

健康づくり一冊メモ

インフルエンザ

～正しい知識で予防しましょう～



インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染して発症する感染症です。主に唾液やしびきなどの飛沫感染によって広がり、発病当初から38度以上の熱が出るなど、通常のカゼに比べ重い症状が現れるほか、肺炎や脳症などを併発し生死にかかわることもある病気です。

毎年、12月から3月にかけて流行し、潜伏期間は2~3日間と比較的短く、感染力が強いという特徴があります。

インフルエンザを予防しよう!

感染しないために3つの約束を守りましょう。

①感染経路を遮断する

- ・外から帰った後はうがいをし、石けんで手を洗う
- ・流行する時期は人ごみを避ける

②抵抗力をつける

- ・十分な栄養と睡眠をとる
- ・過度な厚着は避け、適度な運動をする

③ウイルスを近づけない

- ・病人のいる部屋は換気をよくする
- ・発症したらマスクをし、外出を避けて他人にうつさない



インフルエンザ予防接種を受けましょう

インフルエンザを防ぐ方法として、予防接種があります。100%予防することはできませんが、発症しても重症化を防ぐことができます。予防接種を受けてから効果がでるまで約2週間かかるので、ワクチン接種は、インフルエンザが流行する前の11~12月の間に受けましょう。

インフルエンザ予防接種

対象者…満65歳以上(接種時)の市民
※満60歳以上65歳未満(接種時)の人でも、心臓などの機能に障害のある場合は対象となります。(詳しくは、医療機関にお問い合わせください。)

接種期間…10月1日(土)~1月31日(火)

※接種日時などについては、医療機関にご確認ください。

※接種医療機関は、平成17年度健康づくりカレンダーをご覧ください。

自己負担金…1人1,500円

※生活保護受給者は無料となります。予防接種を受ける前に、健康福祉課で無料券の交付申請を行ってください。(印かん持参)

接種回数…1回

持参物…健康手帳、健康保険被保険者証(65歳~69歳の人)、老人保健法による医療受給者証(70歳以上の人)

問合せ…健康福祉課 ☎69-2101