

保健カレンダー

特定健康診査・後期高齢者健康診査・生活機能検査・
前立腺がん検診・胃がん検診・大腸がん検診

月日(曜)	場 所	受付時間	特定健康診査・後期高齢者健康診査・生活機能検査・前立腺がん検診	胃がん検診
7月2日(水)	大島公民館	8:00~9:30	○	○
7月4日(金)	大島海の見える家	8:00~9:30	○	○
7月7日(月)	JA倉敷かさや今井支店	8:00~9:30	-	○
7月8日(火)	恵風荘	8:00~9:30	-	○
7月9日(水)	保健センター	8:00~9:30	○	○

大腸がん検診(島しょ部)

月日(曜)	場 所	受付時間	大腸がん検診
7月7日(月)	北木島豊浦港棧橋	9:10~9:30	○
7月7日(月)	北木楠集会所	10:00~10:30	○
7月7日(月)	笠岡諸島開発総合センター	10:40~11:40	○
7月7日(月)	北木島金風呂港待合所	13:10~13:50	○
7月8日(火)	高島港棧橋	9:30~9:50	○
7月8日(火)	白石島港棧橋	10:10~11:30	○
7月8日(火)	真鍋島港棧橋	13:00~13:30	○
7月8日(火)	六島港棧橋	13:50~14:10	○
7月8日(火)	飛島港棧橋	14:30~14:50	○
7月8日(火)	小飛島港棧橋	15:00~15:15	○

対象及び自己負担金(※年齢は、平成21年3月31日時点のものです。)

	対 象	自己負担金	
特定健康診査 生活機能検査	40~74歳で国民健康 保険の被保険者※①	40歳~69歳 2,700円	70歳~74歳 900円
後期高齢健康診査 生活機能検査	75歳以上の人※①	900円	
前立腺がん検診	50歳以上の男性で特定健診 または後期高齢者健診受診者	50歳~69歳 1,000円	70歳以上 300円
大腸がん検診 (別途容器代200円)	40歳以上の人	40歳~69歳 400円	70歳以上 100円
胃がん検診	40歳以上の人	40歳~69歳 1,100円	70歳以上 400円

※①「生活機能検査」は65歳以上で市が必要と認めた人のみ
注) 肝炎ウイルス検査の追加は、別途自己負担金が必要です。

注) 国保以外の被用者保険の被扶養者も特定健診を利用できますが、
各保険者発行の受診券が必要です。職場に確認下さい。その場
合、各保険者が定めた料金となります。

乳 児 健 診

月日(曜)	場 所	受付時間
6月19日(木)	保健センター	13:00~14:00

※対象者…平成20年2月生まれの人

1 歳 6 カ 月 児 健 診

月日(曜)	場 所	受付時間
6月26日(木)	保健センター	13:00~14:00

※対象者…平成18年11月生まれの人

3 歳 児 健 診

月日(曜)	場 所	受付時間
6月12日(木)	保健センター	13:00~14:00

※対象者…平成17年3月生まれの人

食中毒に気をつけましょう!!

～ 食中毒予防の3つのポイント!! ～

① 菌を殺菌する

【正しい手洗い】

- ・時計や指輪をはずしましょう。
- ・石けんをつけて十分に泡立て、指の間、手のひら、手首、爪の間をよく洗いましょう。
- ・流水で石けんと汚れをしっかりと洗い流しましょう。(30秒以上)

【調理時には】

- ・十分に加熱調理を行いましょう。

② 菌をつけない

- ・キッチンや流し台は清潔にして、調理前、調理中も手を清潔にしましょう。
- ・包丁やまな板など用途ごとに使い分け、使用後すぐに清潔にしましょう。
- ・タオルやふきんは清潔なものを使いましょう。

③ 菌を増やさない

【食品購入時には】

- ・生鮮食品は新鮮なものを必要量だけ購入しましょう。
- ・消費期限、保存方法を確認しましょう。

【保存時には】

- ・調理後の食品は室内に放置しないで、早めに食べきるか冷蔵庫で保存しましょう。
- ・冷蔵食品や冷凍食品は帰宅したら、すぐに保存しましょう。
- ・冷蔵庫や冷凍庫の詰めすぎに注意しましょう。約7割が目安です。
- ・冷蔵庫は10℃以下・冷凍庫は-15℃以下に。月に一度は点検をしましょう!!

問合せ…健康福祉課 ☎69-2101

手洗いは誰にでもできる簡単ですが、大変重要なポイントです。



日 曜 ・ 休 日 当 番 表

【内 科】

6月15日(日)	植 木 内 科	65-0601
6月22日(日)	谷 口 ク リ ニ ッ ク	66-0517
6月29日(日)	安 倍 医 院	67-5112
7月 6日(日)	おぐるすハートクリニック	63-0100

【外 科】

6月15日(日)	大嶋整形外科内科医院	65-1110
6月22日(日)	笠岡第一病院	67-0211
6月29日(日)	笠岡大崎整形外科	69-6060
7月 6日(日)	村上脳神経外科内科	69-2345

生 ポ リ オ

月日(曜)	場 所	受付時間
6月27日(金)	保健センター	13:00~14:00

※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

※受付1時間前から飲食はさせないでください。

吐く恐れがあります。

☆予防接種に、保護者以外の方がお子さんを連れてこられる場合には、「委任状」が必要です。