

5月の集団がん検診

がん検診の対象者には、

5月上旬に受診券を送付予定です

予約制

指定医療機関または集団検診会場で受診できます。集団検診会場で受診する方は、事前に、電話・インターネットで予約し、受診券を持参して会場へお越しください。受診券が届いた方から予約できます。

〈受診期間〉12月28日(水)まで

※受診券が届かない場合や、健康保険の変更などで新たに対象となった場合は、保健所地域健康課(☎428-1153)へ問い合わせてください。
※健康診査・がん検診の内容や指定医療機関の一覧などは、受診券に同封されている案内か、市ホームページ(「健康診査・がん検診」で検索)で確認してください。

対象者

富山市国民健康保険の被保険者や健康保険加入者の被扶養者などで、次の要件を満たす方

- ・胃がん・肺がん・大腸がん検診…40歳以上の方
- ・子宮がん検診…20歳以上の女性
- ・乳がん検診…40歳以上の女性

- ・集団がん検診での密接・密集を防ぐため、できるだけ近くの指定医療機関で個別に受診してください。
- ・事前に予約を行い、受診前には体温を測定し、受診時は、マスクの着用・消毒・手洗いを徹底してください。
- ・風邪の症状がある方や、感染者との接触があった方は、受診を控えてください。
- ・子宮・乳がん検診の検査着(スカート・ケープ)は、貸し出ししません。各自で代わりになるものを持参してください。

●胃・肺がん検診 [完全予約制]

※大沢野・大山・八尾・山田・細入地域に居住する方のみ。

地域	開催日	受付時間	会場	区
八尾	19(木)	8:30~10:00	八尾コミュニティセンター(八尾町井田)	八
細入	23(月)	8:30~9:30	細入南部公民館(猪谷)	八

●子宮・乳がん検診 [完全予約制]

地域	開催日	受付時間	会場	区
富山	19(木)	13:00~14:00	新保文化会館(新保)	南
	26(木)	13:00~14:00	北保健福祉センター	北
	27(金)	8:30~9:30	中央保健福祉センター	中
八尾	30(月)	13:00~14:00	八尾保健福祉センター	八
婦中	20(金)	13:00~14:00	西保健福祉センター	西

👶 集団検診時の託児サービス(無料・予約制)

開設日 / 5月27日(金)

会場 / 中央保健福祉センター(子宮・乳)

対象 / おおむね3歳未満の乳幼児をつれて検診を受ける保護者

予約方法 / 5月20日(金)までに、電話で、中央保健福祉センターへ。

〈乳がん検診を受ける方へのお知らせ〉

新型コロナウイルスワクチン接種後に、^{えきか}腋窩リンパ節(脇の下のリンパ節)が腫れる場合があります。ワクチン接種後6~10週間の間隔を空けてから、乳がん検診(マンモグラフィー検査または超音波検査)を受けることが望ましいとされています。

問い合わせ先一覧

中…中央保健福祉センター(星井町二丁目)	☎422-1172	八…八尾保健福祉センター(八尾町福島)	☎455-2474
南…南保健福祉センター(蛭川)	☎428-1156	西…西保健福祉センター(婦中町羽根)	☎469-0770
北…北保健福祉センター(岩瀬文化町)	☎426-0050		
八…八尾保健福祉センター(八尾町井田)	☎483-1727		
八…八尾保健福祉センター(八尾町福島)	☎455-2474		
西…西保健福祉センター(婦中町羽根)	☎469-0770		
八…大沢野保健福祉センター(高内)	☎467-5812		



診察室から

お答えします

市民病院 腎臓内科部長 大田 聡

Q. 健康診断で、血圧が143/93mmHgで高めだ、と言われました。すぐに治療が必要でしょうか。

A. まずは血圧測定の習慣をつけましょう。同じ時間や条件で計測し、治療が必要か判断します。

血圧が140/90mmHg(最高血圧/最低血圧)を超えると高血圧とされています。ただし、1回の血圧値のみで、すぐに高血圧とは診断できませんので、家庭などの血圧計で血圧を何度か測定してみてください。

血圧は極めて変動しやすく、寒さや緊張、興奮、運動などにより上昇します。診察室での緊張のため、血圧が過剰に上がることもあります。

自宅での測定で、135/85mmHg以上の血圧値が持続的に見られる場合は、何らかの治療が必要となる可能性が高いため、医療機関を受診してください。

岡病院事業局経営管理課 ☎422-1112

5月の親子教室・健康相談

内 容	開催日・当日の受付時間・開催場所	対 象	区
よい歯づくり講座 【予約制】	2月9:00～9:30 所 中央保健福祉センター	1～3歳児とその保護者 (保護者のみの参加も可)	中
	9月13:00～13:30 所 八尾保健福祉センター		八
	20金13:00～13:30 所 北保健福祉センター		北
フッ素塗布 【予約制・有料】 ※バスタオルを持参してください。	2月13:00～14:00 所 中央保健福祉センター	よい歯づくり講座を受けた1～3歳児	中
	9月14:00～15:00 所 八尾保健福祉センター		八
	20金14:00～15:00 所 北保健福祉センター		北
パパママセミナー 【予約制】 ※5月2日(月)8:30から予約開始(申込順)。 ※沐浴・妊婦体験などの実習はありません。	14(土)9:00～9:30 所 北保健福祉センター	妊娠5～8カ月(16～31週)の妊婦とその夫	北
	28(土)9:00～9:30 ※オンライン開催。	妊婦とその夫	中
赤ちゃん教室 【予約制】	19(木)9:00～9:30 所 西保健福祉センター	4～6カ月児とその保護者	西
	31(火)9:00～9:30 所 南保健福祉センター		南
乳幼児健康相談 【予約制】	個別に対応しています。お住まいの地区の保健福祉センターへ連絡してください。		

◎4カ月児・1歳6カ月児(1歳6～8カ月児)・3歳児(3歳7～8カ月児)健康診査は個別に通知します。

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、お住まいの地区ではない保健福祉センターを案内することがあります。

◎保健福祉センターは、「子育て世代包括支援センター」の役割を担っています。気軽に相談してください。

◎パパママセミナーは、オンライン開催となる場合があります。最新情報を市ホームページ(「パパママセミナー」で検索)で確認の上、申し込んでください。



母子健康手帳アプリ「育さぽとやま」をご利用ください

区子ども支援課 ☎443-2252

◆主な機能

- ・健診の記録機能
- ・生年月日と予防接種状況に応じた、予防接種スケジュール提案機能
- ・妊娠中の情報や子どもの成長記録を、家族で共有する機能

◆利用方法

- ①右のQRコードから「母子モ」アプリをダウンロードします。
- ②アプリを起動し、郵便番号などを登録すると、「育さぽとやま」by母子モとして利用できるようになります。



子育てウェブサイト「育さぽとやま」では、市が実施している子育て制度やイベント情報などを、目的別や対象・年齢別で検索することができます。

アクセスはこちら ▶▶▶



5月のまちなか健幸カレッジ

場所/まちなか総合ケアセンター(総曲輪四丁目)

◆ふれあい健康講座 ※費用・申込不要。

時間/13:30～14:00

講師/市民病院・まちなか病院の医師、看護師、管理栄養士など
▶中止の可能性があるので、事前に問い合わせてください。

開催日	テーマ
9(月)	感染症に罹らない
10(火)	子どもの発熱
11(水)	日常のスキンケア ボディ編
12(木)	高血糖が危ない 血糖値ってなぜあがるの?
16(月)	誤嚥性肺炎について
17(火)	肩こりについて知ろう
18(水)	知っておきたい薬の知識～花粉症のお薬～
19(木)	子宮頸がんに関するウイルスのお話
23(月)	災害対策 赤ちゃんの命を守る
24(火)	フットケア～足からの健康～
25(水)	ママと赤ちゃんのための産後エクササイズ ※参加希望の方は、事前に電話で連絡してください。
26(木)	認知症の予防について
30(月)	災害時に起こる病気について 準備と対策
31(火)	緩和ケアって何をするの?

※マスクの着用をお願いします。

※来場多数の場合、参加できないことがあります。

区市民病院ふれあい健康講座担当 ☎422-1112

◆まちなか保健室 ※費用・申込不要。

●個別相談 毎週(金)13:00～14:00

健康、子育て、介護などに関する相談

●ミニ講座 14:00～15:00

開催日	テーマ
6(金)	産後ケア応援室の見学と交流 ※妊婦の方対象。
13(金)	おもしろ問題で楽しく脳活 講師/富山いきいき脳トレクラブ
20(金)	在宅でできる医療と介護 講師/まちなか診療所医師
27(金)	ノルディックウォーキングを体験しよう 講師/ガンゼスポーツインストラクター ※運動できる服装で、タオル、飲み物を持参してください。

区まちなか総合ケアセンター ☎461-3618