

9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しました

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、受診券を持っ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)へお問い合わせください。

※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。

- ・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お持ちください。

〈受診期間〉12月28日(水)まで

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

胃・肺がん検診

完全予約制

| 地域 | 開催日 | 受付時間 | 会場 | 圏 |
|-----|-------|------------|------------------------|-----|
| 大沢野 | 2(金) | 8:30~10:00 | 大久保ふれあいセンター | 大沢野 |
| | 30(金) | 8:30~9:30 | 下タ北部公民館(旧下タ北部地区福祉センター) | |
| 大山 | 27(火) | 8:30~10:00 | 福沢地区コミュニティセンター | 大山 |
| 八尾 | 7(水) | 8:30~10:00 | 卯花公民館 | 八尾 |
| | 28(水) | 8:30~10:00 | 保内公民館 | |

※大沢野・大山・八尾・山田・細入地域に居住する方のみ。

※胃エックス線検査後は、すぐにお渡しした下剤をできるだけ多くの水かお茶で服用してください。バリウム便が排出されないと、腸閉塞、消化管穿孔などの症状を引き起こすことがありますので、必ずバリウム便(白い便)が排出されたか確認しましょう。

乳がん検診を受ける方へ

新型コロナウイルスワクチン接種後に、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。

子宮・乳がん検診

完全予約制

| 地域 | 開催日 | 受付時間 | 会場 | 圏 |
|-----|----------------|-------------|------------------------|----------------|
| 富山 | 2(金) | 13:00~14:00 | 山室地区センター | 南 |
| | 10(土) | 8:30~9:30 | 北保健福祉センター | 北 |
| | 16(金) | 13:00~14:00 | 呉羽会館 | 西 |
| | 17(土) | 8:30~9:30 | 保健所 | 南 |
| | 22(木) | 13:00~14:00 | 北保健福祉センター | 北 |
| | 26(月) 29(木) | 8:30~9:30 | 中央保健福祉センター | 中 |
| 大沢野 | 9(金) 26(月) | 13:00~14:00 | 大沢野生涯学習センター 細入南部公民館 | 大沢野 |
| | 大山 | 6(火) | 13:00~14:00 | 大庄地区コミュニティセンター |
| 八尾 | 14(水) | 13:00~14:00 | 八尾コミュニティセンター | 八尾 |
| 婦中 | 14(水) 29(木) | 13:00~14:00 | 西保健福祉センター | 西 |

☺…無料で検診時の託児サービスが受けられます(おおむね3歳未満の乳幼児まで)。申し込みは、各検診日の5日前までに、電話で、担当保健福祉センターへ。

9月の街頭献血

●ファボーレ(婦中町下嚮田)

日時 9月4日(日)、18日(日)、24日(土)
10:00~12:00、13:15~16:30

●アピタ富山東店(上富居三丁目)

日時 9月25日(日)
9:30~12:00、13:15~16:00

☎保健所地域健康課 ☎428-1155

☎富山県赤十字血液センター ☎451-5555

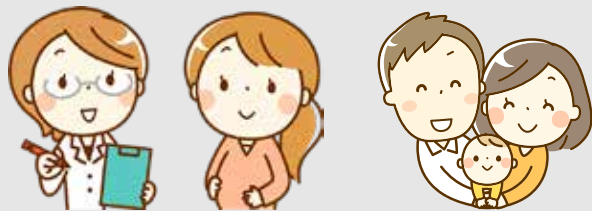
問い合わせ先一覧

| | |
|----------------------|-----------|
| 中…中央保健福祉センター(星井町二丁目) | ☎422-1172 |
| 南…南保健福祉センター(蜷川) | ☎428-1156 |
| 北…北保健福祉センター(岩瀬文化町) | ☎426-0050 |
| 大沢野…大沢野保健福祉センター(高内) | ☎467-5812 |
| 大山…大山保健福祉センター(上滝) | ☎483-1727 |
| 八尾…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 |

9月の親子教室・健康相談 完全予約制

| 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 | 5(月)9:00～9:30 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 北 南 |
| | 16(金)13:00～13:30 北保健福祉センター | | |
| | 30(金)13:00～13:30 南保健福祉センター | | |
| フッ素塗布 [有料] ※バスタオルを持参してください。 | 5(月)13:00～14:00 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 北 南 |
| | 16(金)14:00～15:00 北保健福祉センター | | |
| | 30(金)14:00～15:00 南保健福祉センター | | |
| パパママセミナー ※9月1日(木)8:30から 予約開始(申込順)。 | 10(土)9:00～9:30 中央保健福祉センター | 妊娠5～8カ月 (16～31週)の 妊婦とその夫 | 中 北 |
| | 17(土)9:00～9:30 北保健福祉センター | | |
| 赤ちゃん教室 | 14(水)9:00～9:30 八尾コミュニティセンター | 4～6カ月児 とその保護者 | 八 南 |
| | 22(木)9:00～9:30 南保健福祉センター | | |
| 乳幼児健康相談 | 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、オンライン開催や内容が変更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。



診察室から お答えします

市民病院 眼科部長 山田芳博

Q. 右目だけで見ると、ゆがんで暗く見えることに気がきました。両目では何ともないのですが、診てもらった方が良いでしょうか？

A. 黄斑変性症の可能性があります。早めの眼科受診をお勧めします。

視野中心部がゆがんだり、真ん中が暗く見えたりする場合、網膜の中心部(黄斑部)に病変を認める黄斑変性症の可能性があります。加齢や光障害、生活習慣(喫煙や食事など)、遺伝などが原因として挙げられます。治療は、眼内への薬物投与やレーザー治療等で改善することが多いのですが、反対の目に発症することもあり、予防的に内服投与を勧められることもあります。放置すると日常生活に支障をきたすこともありますので、日頃から時々片目ずつで物を見て、違和感がある場合は早めの眼科受診をお勧めします。

岡病院事業局経営管理課 ☎422-1112

9月のまちなか健康カレッジ

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ため、事前に問い合わせてください。

| 開催日 | テーマ |
|-------|---|
| 1(木) | 糖尿病予防のための生活のコツ |
| 5(月) | 便秘症を改善する食事について |
| 6(火) | 感染症にかからないために |
| 7(水) | フットケア ～足からの健康～ |
| 8(木) | 肺がんのはなし |
| 12(月) | オーラルフレイルについて ～体のおとろえは口から始まる～ |
| 13(火) | 10分間でできる腰痛体操 |
| 14(水) | 便秘のお話 |
| 15(木) | 超音波検査(エコー検査)について ～頸動脈～ |
| 20(火) | 認知症の薬について |
| 21(水) | 緩和ケアは在宅でもできますよ |
| 22(木) | アルツハイマー型認知症について |
| 27(火) | 医師が語るサルコペニアとの闘い! |
| 28(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。 |
| 29(木) | 脳卒中について知ろう ～10月は脳卒中月間です～ |

※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。

岡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 ※23日(金)は開催しません。
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 |
|-------|--|
| 2(金) | 産後ケア応援室の見学と交流 ※妊婦の方対象。 |
| 9(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 |
| 16(金) | 太極拳を体験しよう ～はじめての太極拳～ 講師/下霜美智子さん(日本武術太極拳連盟公認指導員) ※運動できる服装・くつで、タオル、飲み物を持参してください。 |
| 30(金) | 音楽を楽しもう 講師/道下和美さん(音楽療法士) |

岡まちなか総合ケアセンター ☎461-3618