

5月の認知症の人と家族のつどい

日にち	時 間	と ころ
-----	-----	------

5月9日（木） 13：30～15：30 COLAS平戸
未来創造館

問 長寿介護課高齢者支援班 内線☎2590



平戸市未来創造館

今月の
特ダネ

特定健診・がん検診！

問 健康ほけん課健康づくり班 ☎内線 2545

家族の安心のために、特定健診・がん検診を受けましょう

特定健診・がん検診の対象となっている皆さん、毎年きちんと受診していますか？

健(検)診を受けることはご自身だけでなく、家族の安心にもつながります。特定健診は、40～74歳の平戸市国民健康保険被保険者のすべての人が対象です。生活習慣病は初期には自覚症状がないことが多く、健診を受けたら異常が見つかるということも珍しくありません。また、身体の状態は1年でも大きく変化することがあります。「1年のうち1日は健(検)診を受ける日」と決めて、必ず受診するようにしましょう。

健(検)診の費用よりも、治療費のほうがずっと高くかかります

健(検)診は、費用の一部を負担するだけで受けることができます(無料で受けられる場合もあります)。もし疾病が進行した状態で明らかになると、医療費が高額になり家計への負担が大きくなります。健(検)診を受けて病気を早期発見できれば、それだけ回復も早くなり、費用も少なくて済みます。

平戸市では、30代国保健診、後期高齢者健診・生保健診も行っています。各種健(検)診の詳しい日程・費用などについては、対象の人へ順次発送している受診券に同封の「2019年度平戸市健(検)診日程表」をご確認ください。

健康づくりポイントカードをご持参ください

平戸市国民健康保険の40～74歳の人を対象に、平成29年度より健康づくりポイントカードを配付しています。健(検)診を受診するとポイントが加算され、100ポイント以上達成すると、健康グッズと交換できます。今年度が最終年度となりますので、ぜひ健(検)診会場にカードをご持参ください。



5月の健康テレフォンプログラム

曜 日	内 容
-----	-----

月 曜 eGFRが異常と言われたら

火 曜 鼠径ヘルニア

水 曜 起立性調節障害

木 曜 今月から始めるスギ花粉症治療

金 曜 心身症について

土曜・日曜 性成熟期の女性の帯下(おりもの)と病気について

※フリーダイヤル ☎0120-555-203 (携帯不可)

※携帯電話 ☎095-826-5511

●祝日は前日のテープが流れます。

●午前9時から翌朝午前9時までの24時間、同じ内容のテープが3分間流れます。

お問い合わせ先 長崎県保険医協会 ☎095-825-3829



子育て・健康応援コーナー



このコーナーでは、子育てや健康に関する旬な情報を「お知らせ」します。

特定健診やがん検診などの日程は、対象者に配布している「平戸市健(検)診日程表」をご覧ください。



5月の各種相談および赤ちゃんの健診など

問 こども未来課母子保健班 ☎内線 2572

日にち	と ころ	種類および受付時間
5月9日（木）	平戸市福祉保健センター（田平）	3 12:30～12:45
5月10日（金）	平戸市福祉保健センター（田平）	妊 母 13:00～13:30
5月15日（水）	平戸市福祉保健センター（田平）	1 12:30～12:45
5月17日（金）	平戸市福祉保健センター（田平）	パ 19:00～21:00
5月21日（火）	平戸市福祉保健センター（田平）	乳 13:00～13:30
5月22日（水）	大島村公民館	妊 母 9:30～10:30

妊 妊婦健康相談 **母** 母子健康相談 **乳** 乳児健診 **3** 3歳児健診 **1** 1歳6ヶ月児健診 **パ** Sun・MaMaひろば(パパ・ママ教室)

親子で遊んで、ママ友作ろう（就学前交流の場）

※開所時間などの詳しい情報は、子育て応援ガイドブック「おひさま」をご覧ください。各施設にお問い合わせください。

施設名	連絡先	施設名	連絡先	施設名	連絡先	施設名	連絡先
トコトコ (田平：保健センター)	57-1943	中津良保育所 (南部：中津良保育所)	27-0475	よちよちクラブ (生月：山田児童館)	53-1759	おひさまひろば (田平：平戸口社会館)	57-0236
あいちゃん広場 (北部：愛の園保育所)	22-2244	堤保育園 (南部：堤保育園)	27-1084	めばえキッズ (生月：認定こども園めばえ)	53-0496	さくらんぼ広場 (田平：若葉保育園)	57-3028
子育てエレン.C (北部：平戸幼稚園)	22-2810	小鳩保育園 (南部：小鳩保育園)	27-0333	生月認定こども園 (生月：生月認定こども園)	53-1079	はなぞの広場 (田平：花園保育園)	57-0744
かもめネットワーク (北部：しおかこども園)	22-3360	津吉保育園 (南部：津吉保育園)	27-0222	やよいプレイランド (田平：やよい幼稚園)	57-0789	しまっこ広場 (大島：大島村保育所)	55-2006
みのりの樹1 (北部：みのりこども園)	22-2575						

5月の休日当番医（診療時間：午前9時～午後5時）

問 平戸市医師会 ☎20-0011

日にち	医療機関	住 所	連絡先
5月1日（水・祝）	谷川病院	平戸市田平町山内免400番地	57-0045
5月2日（木・祝）	青洲会病院	平戸市田平町山内免612番地4	57-2155
5月3日（金・祝）	柿添病院	平戸市鏡川町278番地	23-2151
5月4日（土・祝）	青洲会病院	平戸市田平町山内免612番地4	57-2155
5月5日（日）	北川病院	平戸市浦の町737番地	22-2344
5月6日（月・祝）	柿添病院	平戸市鏡川町278番地	23-2151
5月12日（日）	谷川病院	平戸市田平町山内免400	57-0045
5月19日（日）	柿添病院	平戸市鏡川町278番地	23-2151
5月26日（日）	青洲会病院	平戸市田平町山内免612番地4	57-2155

いざというとき

子どもが急な病気になったら

●小児救急電話相談センター
(受付時間18:00～8:00)
☎ # 8000 または ☎095-822-3308

救急医療機関のことは

●平戸市消防本部
☎22-4199

※電話番号を間違いないよう注意してください。