

あなたもご協力を！「献血」は命をつなぐボランティア

○献血日程

問 健康ほけん課健康づくり班 ☎22-9125

とき	ところ	受付時間
5月26日(金)	長崎県肉用牛改良センター	9:30～10:15
	田平支所	11:00～13:00、14:15～16:00
6月2日(金)	平戸市役所	9:30～13:00、14:15～16:00



今月の持タネ

特定健診・がん検診を受けましょう

問 健康ほけん課健康づくり班 ☎22-9125

○日程表を各世帯毎に配付しました

全世帯を対象に4月15日付けで、「令和5年度平戸市健(検)診日程表」を配布しています。集団健(検)診の予約受付はすでに始まっており、予約するとスムーズに健(検)診を受けることができます。日程や健(検)診の種類を確認して、健康ほけん課までお電話ください。

○健(検)診を開始します

新型コロナウイルスによる受診控えで、特定健診・がん検診の受診率が低下しています。「私は健康だから」と思っている、初期の生活習慣病や、がんは自覚症状がないことが多く、いつの間にか病気が進行してしまう危険があります。そのため、定期的に健(検)診を受けて自分の健康状態を知ることが重要です。病気の早期発見・治療ができれば、治療に要する費用や時間、体への負担も軽くなります。

8,000円～11,000円程度かかる健(検)診費用も、平戸市国民健康保険の特定健診では、自己負担500円(昨年度特定健診を受診している場合は無料)で受けることができます。

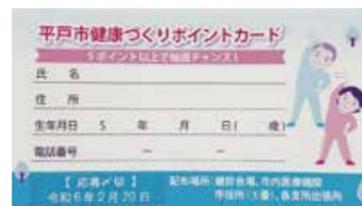
他にも、ほとんどの健(検)診を1,000円以下の自己負担で受けることができ、65歳以上の胃・肺・大腸がん検診、40～60歳の乳がん検診、40～74歳の歯周疾患検診などは無料で受けることができます。

「時間がない」「元気だから大丈夫」などと考えず、自分の健康状態を確認するためにも、継続して健(検)診を受けるようにしましょう。

また、平戸市では、30代健診・後期高齢者健診・生保健診も実施しています。詳細については、「平戸市健(検)診日程表」または、ホームページでご確認ください。自分のため、あなたの大切な家族のために、年に1回は健(検)診を受けましょう。

○健康づくりポイント制度で健康グッズなどを手に入れましょう

平戸市国民健康保険に加入している40～74歳の人を対象に、健(検)診会場や健(検)診の実施医療機関の受付で、健康づくりポイントカードを配付しています。健(検)診を受診したり、個人で健康づくりに取り組むとポイントが付き、5ポイント以上貯まると希望の健康グッズがあたる抽選に参加できます。



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、対象者に配布予定の「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 ☎22-9136

日にち	ところ	種類および受付時間
5月9日(火)	平戸市福祉保健センター(田平)	育 妊 母 10:00～14:00
5月11日(木)	平戸文化センター	3 12:30～12:45
5月12日(金)	生月町中央公民館	1 3 12:30～12:45 乳 12:45～13:00
5月17日(水)	平戸文化センター	1 12:30～12:45
5月19日(金)	平戸市福祉保健センター(田平)	パ 18:30～19:00
5月23日(火)	平戸文化センター	乳 12:45～13:15

乳 乳児健診 1 1歳6カ月児健診 3 3歳児健診 妊 妊婦健康相談 母 母子健康相談 育 母乳育児相談支援 パ 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	めばえ広場 (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
かもめネットワーク (北部:しおかこども園)	22-3360	小鳩こども園 (南部:小鳩こども園)	27-0333	いきつきげんきこ広場 (生月:生月こども園)	22-9206	はなぞの広場 (田平:花園認定こども園)	57-0744
みのりの樹1 (北部:みのりこども園)	22-2575	津吉保育所 (南部:津吉保育所)	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

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3日(水・祝)	谷川病院	平戸市田平町山内免400番地	57-0045
5月4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5日(金・祝)	柿添病院	平戸市鏡川町278番地	23-2151
5月7日(日)	北川病院	平戸市浦の町737番地	22-2344
5月14日(日)	青洲会病院	平戸市田平町山内免612番地4	57-2155
5月21日(日)	谷川病院	平戸市田平町山内免400番地	57-0045
5月28日(日)	北川病院	平戸市浦の町737番地	22-2344

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)
※土日祝日は24時間対応
☎#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ご注意ください。