

# 保健行事

## 当番医

子育て・健康推進課 ☎ 820-5637

6月12日(日) 高橋整形外科クリニック ☎ 854-2222      7月3日(日) 倉田医院 ☎ 854-7050  
 6月19日(日) はまもと皮膚科 ☎ 855-2662      7月10日(日) 大瀬戸内科 ☎ 854-8585  
 6月26日(日) 児玉クリニック ☎ 855-4700

※電話番号、特に局番をよくお確かめのうえ、おかけください。  
 ※急な当番医の変更があった場合は、記載と異なることがありますのでご了承ください。

行事	実施日	場所	時間	内容
両親学級	12日(日)	中央地域健康センター	(受付時間) 9:45~10:00 (実施時間) 10:00~12:00	沐浴実習・最近の子育て事情・大きなおなかを体験してみよう。 ☎妊婦、夫、祖父母などのご家族 ☎母子健康手帳 動きやすい服装でお越しください。
健康相談	15日(水)	西部地域健康センター	13:30~15:00	生活習慣病予防・妊婦などの相談に保健師・栄養士が個別に応じます。血圧測定・検尿を行います。健康手帳・健診の結果をお持ちの方はご持参ください(予約不要)。 ☎健康手帳(お持ちでない方は会場で発行します。)
	22日(水)	熊野町民体育館		
	27日(月)	東部地域健康センター		
	7月6日(水)	中央ふれあい館	10:00~11:30	
けんこう華齢教室(お口のケア実践編)	20日(月)	中央地域健康センター	10:00~12:00	歯科衛生士によるお口のケア方法の説明と実践です。 ☎健康手帳(お持ちでない方は会場で発行します。) ☎6/17までに、子育て・健康推進課へ
すくすくクラブ(育児相談)	21日(火)	町民会館	10:00~11:30	保健師等による体重・身長測定、母乳やミルク、離乳食や幼児食などの栄養相談、子育て相談、産前産後相談など。友達づくりに気軽にご利用ください(予約不要)。 ☎妊婦、2カ月ごろ~未就学の乳幼児と保護者 ☎母子健康手帳
	28日(火)	西部地域健康センター		
	7月1日(金)	東部地域健康センター	13:30~15:00	
3歳児健診	24日(金)	町民会館	(受付時間) 13:00~13:30	対象者には個人通知を行います。転入等で通知が届かない場合は子育て・健康推進課にお問い合わせください。 ☎町内に住所を有する3歳2カ月~3歳7カ月までの幼児(H24年12月1日~H25年3月31日生)
	30日(木)	くまの・みらい交流館		
母親学級	7月5日(火)	西部地域健康センター	(受付時間) 9:45~10:00 (実施時間) 10:00~11:45	妊娠中の生活準備物品について。マタニティーストレッチなどを体験してみよう。 ☎母子健康手帳 動きやすい服装でお越しください。

※広報「くまの」では、町民の皆さんのお宅に広報が届くまでの期間を考慮して、おおむね発行月の11日以降から翌月10日までの行事のお知らせを掲載しています。

**ホスピスボランティアの実施について**  
 安芸地区医師会では、家で病院で施設で「自分らしく生きたい！」を支援する次の活動を行っています。  
**【がんサロン】**  
 病気に対する不安や悩みをお茶を飲みながら話す会です。  
**▽がんサロンあがと**  
 毎月第3月曜日午前10時半~  
**所 安芸市民病院 ☎ 827-0123**  
**▽がんサロンマツダ病院**  
 毎月第2木曜日午後1時半~  
**所 マツダ病院 ☎ 565-5685**  
 どの病院にかかっているも参加できます。  
**【わかちあいの会】**  
**▽広島 いずみの会**  
 大切な人を亡くした方が、悲しみを癒す場として「悲しみの気持ちを安心して出せる場所」です。  
**時 毎月第1土曜日午前10時~11時半**  
**所 安芸地区医師会館 ☎ 824-1340 (安芸地区医師会訪問看護ステーション)**  
**(高齢者支援課)**

## 【お知らせ】女性のがん検診が変わりました!

○医療機関で検診ができます  
 医療機関で乳がん検診(マンモグラフィ)、子宮頸がん検診を受けることができます。

受診するには【受診券】が必要になります。申込ハガキにてお申込みください。受診できる医療機関や申込ハガキについては「健診のしおり」でご確認ください。

検診	対象年齢	料金
乳がん検診	40歳以上	2,000円
子宮頸がん検診	20歳以上	1,800円

○乳がん検診が変わります  
 平成28年度から、乳がん検診の指針が変わりました。熊野町の乳がん検診(集団健診)の方法を変更します。視触診による検査は平成28年度で終了します。

30歳~39歳	超音波検査
40歳~59歳	マンモグラフィ(2年に1回) 超音波検査または視触診※注意
60歳以上	マンモグラフィ(2年に1回) 視触診※注意

※注意 超音波及び視触診を受けられるのは、昨年マンモグラフィを受けた方のみです。

## 平成28年度熊野町住民健診のご案内

○8・9月に加え1月にも健診を実施しています

健診日	申込み期間(第一次締切り)	第二次締切り
8月・9月	5月2日(月)~6月30日(木)	7月4日(月)
平成29年1月	10月3日(月)~11月11日(金)	11月16日(水)

健診を受ける場合は申込みが必要です。広報くまの5月号と併せて配布している「平成28年度 健診のしおり」についている申込み用はがきに記入し、指定のボックスまたは郵送にて申込みください。

**【申込期限】**  
**▶8月・9月の申込み→6月30日(木)まで ▶平成29年1月の申込み→10月3日(月)から11月11日(金)まで**  
 ※申込み用はがき(平成28年度 健診のしおり)は役場、町民会館、東部地域健康センター、西部地域健康センター、中央ふれあい館、くまの・みらい交流館に用意しています

### 訂正とお詫び

5月号広報と同時配布した「平成28年度健診のしおり」(5ページ)の内容に誤りがありました。次の通り訂正してお詫びします。 ・「毎回実施するのもの」に次を追加 → 「前立腺がん」

### 特定健診は住民健診(集団)で受けるとお得です。

特定健診は、生活習慣病の予防や早期発見に有効です。重症化する前に自分の身体の状態を知り、これからの健康維持に役立ててください。

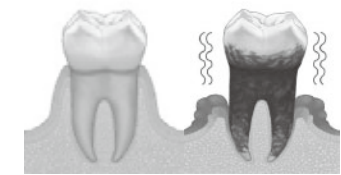
住民健診(集団)で特定健診を受けるとお得!  
**その①** 国の基準に加え、腎機能検査、貧血検査が受けられます。

**その②** がん検診(有料)が同じ日に受けられます。

健診は自覚症状のないあなたが対象です。  
 定期的な受診は健康管理の第1歩です。

### 歯周病の症状はありませんか?

「歯みがきの時に血が出る」「口臭が気になる」といった症状はありませんか?  
 その症状は歯周病の初期症状の可能性がります。



歯周病は歯を失う原因になります。また、心臓病や糖尿病などの生活習慣病を悪化させることもあります。  
**定期的に検診を受けることが大切です。**  
**住民健診で歯科検診を受けましょう!**

子育て・健康推進課 ☎820-5637

### ゼロの日運動

「10・20・30の0のつく日」は家族でテレビゲーム・スマホを控え、くまどく及び家族のだんらんを通して家族の絆を深めましょう。

けんこう通信  
**特定健診・がん検診を受けましょう**  
 病気の予防・早期発見のために