

がん検診受診者募集!!

大腸がん検診：大腸がんは早く見つけて治療すれば「治る病気」です

対象者	40歳以上の出雲市民 (昭和48年4月1日以前生まれの人)
検査方法	検査キットを受け取り、便を採り検査機関に提出します。
自己負担額	300円 ※支払方法によっては、振込手数料等別途かかる場合があります。詳しくは、下記検査機関にご確認ください。
申込方法	はがきに、郵便番号、住所、氏名、ふりがな、性別、生年月日、電話番号またはFAX番号を記入して、下記 検査機関 まで。住所が同じ場合は、1枚のはがきで何人でも申し込めます。
申込期限	平成25年1月31日(木)必着

検査機関 《次のうち、1か所のみを選んで申し込んでください》

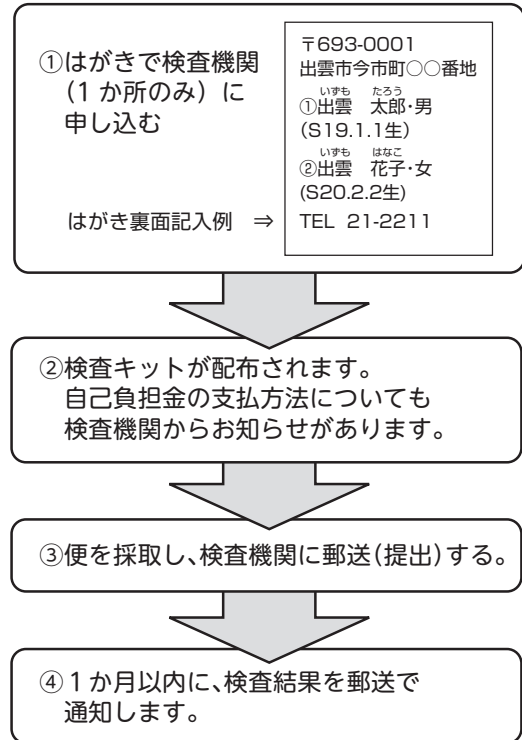
〒691-0003 出雲市灘分町6-1-3 出雲市立総合医療センター 大腸がん検診係	☎ 63-5119
〒693-0021 出雲市塩冶町2-2-3-7 ヘルスサイエンスセンター島根(旧勸島根難病研究所) 大腸がん検診係	☎ 20-0368
〒693-0021 出雲市塩冶町1-5-3-6-1 出雲市民病院 健診センター 大腸がん検診係	☎ 21-2722
〒690-0852 松江市千鳥町1-5 JA島根厚生連 大腸がん検診係	☎ 0852-22-4260
〒690-0012 松江市古志原1丁目4-6 島根県環境保健公社 大腸がん検診係	☎ 0852-24-0038

★大腸がん検診無料クーポン券について★

特定の年齢(平成24年4月1日現在:40・45・50・55・60歳)に達した方に、大腸がん検診の無料クーポンを送付しています。
クーポン券の有効期限は平成25年1月31日です。
この機会にぜひ受診しましょう!!



検診の手順



乳がん検診：乳がん検診車が市役所に来ます！



受診には予約が必要です。受診人数に限りがありますのでお早めにご予約ください。

- と き/12月5日(水)・19日(水)・1月8日(火)・18日(金)・27日(日)・2月8日(金) 受付:9時~15時30分
- 場 所/出雲市役所 南側入口付近(※1月27日は西側入口付近)
- 内 容/マンモグラフィ検診+自己触診指導
- 対象者/市内に住所のある40歳以上の方(昭和48年4月1日以前生まれの方)
※H23年度に乳がん検診を受診し、その結果が異常なしの方は、次の受診は2年後となります。
H24年度は受診対象となりませんのでご注意ください。
- 自己負担金/40~49歳…1,200円、50~69歳…900円
※70歳以上の方、生活保護世帯・住民税非課税世帯の方、乳がん検診無料クーポン対象の方は無料です。
- 申込方法/電話で、①検診希望日時 ②氏名 ③住所 ④生年月日 ⑤郵便番号 ⑥電話番号 を連絡してください。
- 定 員/各日50名(先着順) ●予約先/健康増進課(出雲市がん検診相談ダイヤル ☎21-6651)

がん検診に関するおたずねは 健康増進課 (☎21-6979) または各支所健康(市民)福祉課

12月の健康カレンダー

子育て

事業名	とき	ところ	内容など(●は、母子健康手帳が必要です。)	おたずね
こども家庭相談	7日(金)・21日(金)	9:30~16:00	臨床心理士による育児の悩みや発達に関する相談 ※要予約	21-5772
うきうき味見タイム	3日(月)	11:20~12:00	幼児食の試食会(離乳完了後の幼児と保護者対象) ※要予約	
うきうき音楽遊び	20日(木)	11:00~12:00	親子で音楽にあわせて身体を動かすことを楽しもう!	
かみかみタイム	18日(火)		対象/生後7,8か月以降の赤ちゃんとその家族(2回食頃)	
おっぱい相談	13日(木)	10:00~12:00	対象/母親ほか 持ってくるもの/バスタオル・タオル 先着4組 ※要予約 ●	21-1496
ベビーマッサージ講習会	10日(月)	10:30~11:30	対象/6か月までの乳児とその保護者 持ってくるもの/バスタオル・タオル 先着10組 ※要予約	
わくわく音楽あそび	19日(水)	10:30~11:30	音楽に親しみ親子で自由に表現しよう!	24-9872
赤ちゃんのお世話教室	22日(土)	13:30~15:00	対象/妊娠6~9か月くらいの妊婦さんとその家族 参加費500円 ※要予約	21-6981
育児相談	4日(火)	午前中	臨床心理士による育児の悩みや発達に関する相談 ※要予約	63-5780
ひらたびよびよサロン	12日(水)	10:00~11:30	対象/1歳頃までの乳児と母 12月はクリスマス会	
ハッピーたいむ	毎週水曜	11:00~11:30	手遊び・工作など、みんなで楽しめる時間	
おはなし読んで	毎週火曜	11:00~11:15	絵本の読み聞かせ	
わいわいキッズ	6日(木)	11:15~11:45	健康運動指導士の指導による親子体操	
お医者さんと話そう	20日(木)	14:00~14:30	小児科医による乳幼児の病気と育児に関するミニ講座 12月のテーマ/風疹の流行	
リズムであそぼ!	17日(月)	10:30~11:30	音楽療法士の指導でリズムや音楽に合わせて体を動かします	
おはなし広場	12日(水)	10:15~10:45	対象/0~3歳 絵本の読み聞かせとお話で遊ぼう。	84-0125
プチこ広場(親子クリスマス会)	14日(金)	9:30~11:00	みんなで楽しい時間を過ごしましょう。 ※要予約	
すくすく相談日	20日(木)	9:30~11:00	身体計測、子育て・栄養相談 ●	
あかちゃんとおかあさんのつどい	25日(火)	9:30~11:30	乳幼児の身体測定及び発達相談	86-2711
おおきくなったね	14日(金)		乳幼児の身体測定及び誕生会	
アップルひろば	18日(火)	9:00~12:00	対象/0・1歳児 身体計測・相談	43-2621
20日(木)	対象/2・3歳児 身体計測・相談			
孫育てサロン	21日(金)	9:30~11:30	対象/在宅でお孫さんの世話をしている祖父母と孫	
まるまるくらぶ(0歳児サークル)	10日(月)	10:00~11:30	離乳食教室 ※要予約	53-2666
20日(木)	おやこで運動あそび			
7日(金)	おはなしわくわくタイム(絵本の読み聞かせ)			
14日(金)	カリバリンバ演奏会(カリンバのやさしい響きを楽しみましょう)			
21日(金)	なかよしクリスマス会&誕生会(要予約)			
クリスマス会☆	7日(金)	10:00~11:30	すてきな歌のプレゼントをお届けします。 ※要予約	73-7375
ふたご・みつごちゃんの会	18日(火)	14:00~16:00	対象/ふたご・みつごちゃんの親子	
ミュージックタイム	21日(金)	10:30~11:30	親子で音楽に触れながら、身体を動かしましょう。	
ミニまめっこルーム	17日(月)	10:00~12:00	スタッフが公民館に出かけ遊びの広場を開設します。	

離乳食教室

事業名	内容など	とき	ところ	おたずね・予約先
もぐもぐごっくん ※要予約	対象/4か月健診終了児~7か月頃の赤ちゃんの家族(1回食頃)	21日(金)	10:00~12:00	隣保館
PAKUPAKUらんど ※要予約	対象/10か月頃~1歳6か月頃の子どもとその家族(3回食頃)	10日(月)		
わくわく離乳食教室 ※要予約	対象/7か月~11か月頃の赤ちゃんの家族(2~3回食頃)	17日(月)	13:30~15:30	斐川まめなが一番館

※参加費100円、先着15名、託児も可能です。

健康相談

事業名・内容など	とき	ところ	おたずね・予約先
妊婦・乳幼児健康相談 ※対象/妊婦・就学前の乳幼児及び保護者 ※母子健康手帳を持ってきてください。	5日(水)・12日(水) 19日(水)・26日(水)	9:30~11:00	いずも子育て支援センター
	19日(水)	9:30~10:30	ひらた子育て支援センター
	12日(水)	10:00~10:30	湖陵保健福祉センター
	25日(火)	10:00~11:00	大社健康福祉センター
	12日(水)	9:30~11:00	斐川まめなが一番館
すこやかライフ健康相談 ※要予約 ※専門職の配置により、会場や時間帯によってはお受けできない 相談内容がありますので、まずはお問い合わせください。	25日(火)	9:30~16:30	市役所本庁舎
	7日(金)・10日(月)	9:00~16:00	平田支所相談室
	6日(木)	9:00~12:00	佐田支所相談室
	20日(木)	9:30~12:00	多伎支所相談室
	18日(火)	9:00~16:00	湖陵保健福祉センター
	13日(木)		大社健康福祉センター
10日(月)	斐川まめなが一番館		
心の健康相談 ※要予約(★は、予約不要です。)	5日(水)・19日(水)	13:00~14:30	出雲保健所
	11日(火)	13:30~17:00	平田支所相談室
	25日(火)	13:30~16:30	佐田支所相談室
	18日(火)	14:00~16:00	多伎コミュニティセンター 健康教室
	19日(水)	13:30~15:30	湖陵保健福祉センター
	6日(木)★	14:00~17:00	大社健康福祉センター
	4日(火)	13:30~15:00	斐川まめなが一番館
酒害相談・家族交流会 ※要予約	12日(水)	9:00~11:00	出雲保健所

～乳幼児健診～
 次の乳幼児健診は郵送にてご案内します→ 4か月健診【H24年7月生まれ】 1歳6か月健診【H23年5月生まれ】 3歳健診【H21年11月生まれ】

～今秋のポリオ予防接種について～
 9月・10月に集団接種で予定していた生ポリオワクチンは、9月から不活化ポリオワクチン接種(注射)で出雲市内の医療機関で接種する方法に変更となりました。(接種を希望される場合は、かかりつけ医にご相談ください。)

～日本脳炎の予防接種について～
 日本脳炎予防接種は、平成17年から平成21年の間接種勧奨を中断したことにより、接種機会を逃した7歳6か月から20歳未満(平成7年6月1日以降生まれ)の方は、未接種分が接種できるようになりました。(接種を希望される場合は、かかりつけ医にご相談ください。詳細は、市のホームページにも掲載しています。)