

がん検診車が
来ます!



乳がん・肺がん検診を受けましょう

受診には予約が必要です。各日の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。

乳がん(マンモグラフィ)検診

- 対象者/出雲市に住所のある40歳以上の方
(昭和53年4月1日以前生まれの方)
・平成28年度に乳がん検診を受診し、その結果が異常なしだった方、授乳中の方、ペースメーカーを装着している方、豊胸手術をしている方、VPシャント術を受けている方は受診できません。
- 個人負担金/40～49歳…1,230円
50～69歳…920円
・70歳以上の方、生活保護世帯・住民税非課税世帯の方、無料クーポン対象の方(昭和51年4月2日～昭和52年4月1日生)は無料です。
- 定員/各日:午前25名、午後20名
- 実施日時・会場一覧表

☐☐コミュニティセンター

実施日	会場	実施日	会場
6月13日	今市☐☐	9月29日	燦プラザたいしゃ
7月4日	スサノオホール(佐田)	10月2日	多伎☐☐
7月7日	ひらたショッピングセンター VIVA	10月19日	塩冶☐☐
		10月31日	まめなが一番館(斐川)
7月21日	鳶巣☐☐	11月8日	燦プラザたいしゃ
	神門☐☐	11月9日	湖陵☐☐
7月25日	湖陵☐☐	11月10日	まめなが一番館(斐川)
8月18日	四絡☐☐	11月16日	J A 平田中央支店
8月25日	J A 出雲地区本部	11月30日	まめなが一番館(斐川)
9月3日	ひらた子育て支援センター	12月8日	
9月13日	燦プラザたいしゃ	12月11日	
9月15日	須佐☐☐	1月10日	
9月28日	長浜☐☐	1月28日	出雲市役所

肺がん(ヘリカルCT)検診

- 対象者/出雲市に住所のある50歳以上の方
(昭和43年4月1日以前生まれの方)
・妊娠中の方、ペースメーカーを装着している方、胃・大腸のバリウム検査を5日以内に受けた方は受診できません。
- 個人負担金/2,050円
・70歳以上の方、生活保護世帯・住民税非課税世帯の方は無料です。
- 定員/各日:午前30名、午後30名
※検診前の、食事・薬等の制限はありません。



- 実施日時・会場一覧表

☐☐コミュニティセンター

実施日	会場	実施日	会場
6月9日	大津☐☐	10月16日	燦プラザたいしゃ
6月15日	神門☐☐	10月26日	J A 出雲地区本部
7月4日	スサノオホール(佐田)	11月15日	J A 平田中央支店
7月13日	J A 平田中央支店	11月30日	湖陵☐☐
7月18日	四絡☐☐	12月6日	多伎☐☐
8月3日	鳶巣☐☐	12月15日	まめなが一番館(斐川)
8月22日	J A 出雲地区本部	1月10日	燦プラザたいしゃ
8月23日		1月23日	まめなが一番館(斐川)
9月7日	塩冶☐☐	2月13日	今市☐☐
9月12日	燦プラザたいしゃ		
9月28日	長浜☐☐		

- 申込方法/ハガキの裏面に①検診名(『乳がん検診』または『肺がん検診』)②第1希望・第2希望日(上の一覧表から選んでください)③郵便番号④住所⑤氏名(フリガナ)⑥性別⑦生年月日⑧電話番号を記入し、〒693-8530(住所不要)健康増進課「がん検診」係まで 申し込んでください。
※両方の検診を申し込むこともできます。その場合、別々のハガキでお申し込みください。
- 申込期限/5月19日(金) 必着
※決定通知は5月末ごろお送りします。

おたすね/健康増進課 ☎21-6651

平成29年度高齢者肺炎球菌予防接種について

肺炎球菌は肺炎の主要な原因菌です。23価肺炎球菌ワクチン(ニューモバックス)は、肺炎球菌の感染予防に非常に有効です。対象の方は接種費用の助成が受けられます。今年度の助成対象者は次のとおりです。
なお、対象となる年度は一人につき1度限りです。(5年毎に対象年度を迎えることはありません)

- 対象者
(1)平成29年度に、65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳になる方で、今までに23価肺炎球菌ワクチン(ニューモバックス)の接種を受けたことがない方【対象者には4月中に個別通知をします】
(2)接種日年齢が満60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能または人免疫不全のウイルスによる免疫の機能に障がいがある方
- 接種期限:平成30年3月31日 ●実施場所:出雲市指定医療機関
- 接種回数:1回 ※1回の接種で少なくとも5年間は有効とされています
- 自己負担金:5,000円 ※接種日現在において、生活保護世帯の方は無料です
- 持参する物:予診票(個別通知に同封)、健康保険証または後期高齢者医療証



おたすね/健康増進課 ☎21-6829

5月の健康カレンダー

※お住まいの地域に関わらず、どの事業でも参加できます。

子育て

事業名	内容など(◎は、母子健康手帳が必要です。)	と き	と ころ	おたずね
子ども家庭相談	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	19日(金) 9:30~16:00	いずも子育て支援センター	21-5772
うきうき音楽遊び	親子で音楽にあわせて身体を動かすことを楽しもう!	18日(木) 11:00~12:00		
かみかみタイム	対象/生後9か月以降の赤ちゃんとその家族(3回食頃)	16日(火)	駅ナカ 赤ちゃんルーム (アトネスいずも)	21-1496
ベビーのための音楽あそび	親子で音楽を楽しもう!	10日(水) 10:30~11:10		
ベビーマッサージ講習会	対象/生後6か月未満の乳児とその保護者 先着15組 ※要予約	15日(月) 10:30~11:30		
わくわく音楽あそび	音楽に親しみ親子で自由に表現しよう!	17日(水) 10:30~11:30	さんびーの広場	24-9872
幼児食試食会	対象/1歳6ヶ月頃~(離乳食を完了している子どもと保護者) 参加費100円/人 先着20組 ※要予約	26日(金) 11:30~12:30		
赤ちゃんのお世話教室	対象/妊娠7~9か月くらいの妊婦さんと家族 参加費500円6組(申込み多数の場合、参加できないことがあります) ※前月末日までに要予約	27日(土) 13:30~15:00	市役所本庁 1階キッズルーム	21-6981
子ども家庭相談	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	17日(水) 13:30~15:50	ひらた子育て支援センター	63-3990
ひらたびびよサロン	親子の交流会 対象/おむね1歳までの乳児と母	8日(月) 10:00~11:30		
わいわいルーム	親子の交流会 対象/おむね2歳までの幼児と母	18日(木) 10:30~11:30		
リズムであそぼ!	リズムや音楽に合わせて体を動かします。	15日(月) 10:30~11:30		
おはなし読んで	絵本の読み聞かせ	毎週火曜 11:00~11:15		
ハッピーたいむ	手遊び・工作など、みんなで楽しめる時間	毎週水曜 11:00~11:30		
わいわいキッズ	健康運動指導士の指導による親子体操	11日(木) 11:00~11:30		
お医者さんと話そう	小児科医による乳幼児の病気と育児に関するミニ講座 テーマ/子どもの事故	18日(木) 14:00~14:30		
レ・スールの会	対象/ふたごちゃんのみつごちゃんの子どもと保護者	24日(水) 14:00~16:00		
おもちゃの病院	ご家庭にある壊れたおもちゃを直します。	6日(土) 10:00~11:00	さた子育て支援センター(須佐保育所)	84-0125
ブチっこひろば	保育所の園庭や保育室と一緒に遊ぼう。	24日(水) 10:00~11:00		
おはなし広場	対象/0~3歳 絵本の読みみかかせとお話で遊ぼう	10日(水) 10:15~10:45		
すくすく相談日	身体計測、子育て・栄養相談 ◎	19日(金) 9:30~11:00		
すくすくハッピー広場	乳幼児の身体計測・誕生会 ◎	12日(金) 9:30~11:30		
あかちゃんとおかあさんのついで	乳幼児の身体計測・発達相談 ◎	26日(金)	たき子育て支援センター(多伎こども園)	86-2711
アップルひろば		18日(木) 10:00~12:00	こりょう子育て支援センター(ハマナス保育園)	43-2621
まるまるくらぶ(0歳児サークル)	おやこで運動遊び ※要予約	10日(水)	たいしゃ子育て支援センター 大社体育館	53-2666
おやこなかよし教室	子育てサポーター自主企画講座(子育て座談会) ※要予約	30日(火)		
	おやこでリズム遊び	12日(金)		
誕生会(5月生まれさんを皆でお祝いしましょう)	26日(金)	たいしゃ子育て支援センター		
りすの会	対象/H28年4月~H29年3月生まれの子どもと保護者	16日(火) 14:00~15:30	ひかわ子育て支援センター(斐川まめなが一番館)	73-7375
ミニまめっこルーム	スタッフが会場に出かけ、遊びの広場を開設します	17日(水) 10:00~12:00	阿宮コミュニティセンター	
ふたごちゃん・みつごちゃんの会	対象/ふたごちゃん、みつごちゃんの子どもと保護者	23日(火) 14:00~16:00	ひかわ子育て支援センター	
ミュージックタイム	親子で音楽ふれあいながら身体を動かしましょう!	26日(金) 10:30~11:30	斐川まめなが一番館	

離乳食教室

事業名	内容など	と き	と ころ	おたずね 予約先
もくもくごっくん ※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)	22日(月) 13:30~15:30	斐川まめなが一番館	21-6981
わくわく離乳食教室 ※要予約	対象/7か月~10か月頃の赤ちゃんの家族(2~3回食頃)	16日(火) 10:00~12:00	古志コミュニティセンター	
PAKUPAKUらんど ※要予約	対象/10か月頃~1歳6か月頃の子どもと家族(3回食頃)	2日(火)	隣保館	

※参加費100円、先着15名、託児も可能です。

☐:市役所

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・就学前の乳幼児および保護者 ※母子健康手帳をお持ちください。	10日(水)・17日(水) 24日(水)・31日(水)	9:30~11:00	いずも子育て支援センター 21-5772
	17日(水)	9:30~10:30	ひらた子育て支援センター 63-5780
	10日(水)	10:00~10:30	湖陵保健福祉センター 43-1215
	23日(火)	10:00~11:00	大社健康福祉センター 53-3116
	18日(木)・23日(火)	10:00~11:00	斐川まめなが一番館 73-9112
すこやかライフ健康相談 ※要予約 ※食生活や運動について「何かよい工夫はないかな」「お腹まわりの脂肪を落としたい」「血圧が高めと言われた」など、気になることがあれば相談ができます。	23日(火)	9:00~16:30	☐本庁 21-6979
	19日(金)	9:00~16:00	☐平田支所 相談室 63-5780
	11日(木)		☐佐田支所 相談室 84-0118
	22日(月)	9:00~12:00	☐多伎支所 相談室 86-3116
	16日(火)		湖陵保健福祉センター 43-1215
	11日(木)	9:00~16:00	大社健康福祉センター 53-3116
心の健康相談 ※要予約 ※お住まいの地域以外の場所でもご利用いただけます。	10日(水)・24日(水)	13:00~14:30	出雲保健所 21-1653
	18日(木)	13:30~16:00	☐平田支所 相談室 63-5780
	26日(金)		☐佐田支所 相談室 84-0118
	23日(火)		☐多伎支所 相談室 86-3116
	17日(水)		湖陵保健福祉センター 43-1215
	11日(木)		大社健康福祉センター 53-3116
	9日(火)		斐川まめなが一番館 73-9112
酒害相談・家族交流会 ※要予約	17日(水)		9:00~11:00

~乳幼児健診~ 次の乳幼児健診は郵送で案内します

⇒4か月健診【平成28年12月生まれ】1歳6か月健診【平成27年10月生まれ】3歳健診【平成26年4月生まれ】