

健康だより

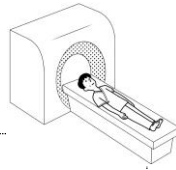
きじょうコスモス

2017年 12月号 (No29-9)

<問い合わせ> 保健センター

電話 32-4010

★肺がん検診(ヘリカルCT検査) 申し込み受付開始



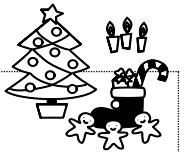
対象	40歳以上の方 ※今年度に胸部レントゲンを受けた方は対象外です
検診日時	平成30年2月14日(水) ※9:00~15:00で時間を指定します (1人あたり所要時間 約30分)
場所	保健センター
定員	先着110名
費用	3,000円(検診当日にご持参ください)
内容	①問診 ②CT検査
検診の受け方	①保健センターに検診の申し込みをしてください ②申し込み後、案内にて時間をお知らせします (案内・問診票を郵送します) ③当日は案内で指定された時間にお越し下さい
申し込み	保健センターにお申し込みください (電話:32-4010) 申し込み受付期間 12月1日(金)~ (※平日 8:30~12:00 13:00~17:15)

★母子健康手帳交付(妊婦健康相談)

対象	母子健康手帳の交付を希望する妊娠中の方
日時	12月22日(金) 9:00~10:00(受付) ※交付日以外の手帳の発行は可能です 来所前に連絡をお願いします
場所	保健センター
持ち物(3つ)	・身分証明書(顔写真付き) ・印鑑 ・マイナンバーカード(または通知カード) ※妊婦本人以外が来られるときは、来所前に連絡をお願いします
費用	無料



★木っずくらぶ(子育て広場)



対象	・就学前のお子さん ・現在妊娠中の方
日時	12月13日(水) 10:15~10:30(受付)
場所	保健センター
内容	・楽しい遊び!クリスマス会 ・わくわく製作遊び~作って遊ぼう~ ・お楽しみ♪クリスマスランチ☆
持ち物	・飲み物(参加者全員) ・スプーン はし フォーク(参加者全員)
費用	無料
申し込み	保健センターにお申し込みください (電話:32-4010) 申し込み締め切り:12月8日(金)

★乳児健診



対象	生後3か月~12か月のお子さん
日時	12月22日(金) 13:00~14:20(受付)
場所	保健センター
持ち物	母子健康手帳
費用	無料
内容	①身体計測 ②問診 ③診察 ④保健・栄養指導

★3歳児健診



対象	平成26年4月~6月生まれのお子さん (対象のお子さんには案内を郵送しています)
日時	12月8日(金) 12:45~13:00(受付)
場所	保健センター
持ち物	①母子健康手帳 ②問診票・食事アンケート ③検尿
費用	無料
内容	①身体計測 ②問診 ③診察(内科・歯科) ④視覚検査 ⑤保健指導・栄養指導 ⑥ことばの相談(希望者)

★こころの相談(予約制)



対象	こころの健康で悩みのある方(ご家族)
日時	12月18日(月) 13:30~ (1人あたり相談時間 約50分)
場所	保健センター
費用	無料
内容	臨床心理士による個別相談 ・統合失調症、うつ病に関すること ・発達障害、不登校、引きこもりに関すること ・アルコールや薬物に関すること
申し込み	保健センターにお申し込みください (電話:32-4010) 申し込み締め切り:12月11日(月)

★地方独立行政法人 西都児湯医療センター



休診日変更のお知らせ 平成29年10月から **土曜日は休診** となりました。

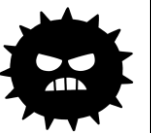
診療時間、休診日は以下のとおりです。(夜間診療は、今までどおりです。)

診療科	診療時間	月	火	水	木	金	土
脳神経外科	午前 9:00~12:00	○	○	○	手術日	○	休 診 日
	午後 14:00~17:00	検査・手術・病棟回診・救急対応・医療機関からの紹介等					
呼吸器内科 循環器内科	午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	休 診 日
	午後 14:00~17:00	検査・手術・病棟回診・救急対応・医療機関からの紹介等					

<問い合わせ> 西都児湯医療センター (Tel.0983-32-5500)

<健康メモ>

インフルエンザ シーズン到来!!



かからない うつさない 6つのポイント

- ①手洗いをしっかり
- ②人ごみをさける
- ③しっかり休養で抵抗力アップ
- ④加湿で乾燥を防ぐ
- ⑤予防接種で重症化予防
- ⑥咳エチケットの励行