



2019年度 益田市健康づくりカレンダーを配布します。
益田市健康づくりカレンダーを広報ますだ5月号にあわせて各戸に配布します。各種健診(検診)や教室に関するスケジュール等が掲載されていますので活用ください。
5月以降の日程は益田市健康づくりカレンダーをご覧ください。
追加・変更は広報ますだでお知らせします。

◆**検診車による各種がん検診は!**
5月から翌年3月まで各地区で行います。詳しくは益田市健康づくりカレンダーをご覧ください。

問い合わせ先

- 市立保健センター (FAX 23-7134)
- 健康増進課 ☎ 31-0214
- 子ども家庭支援課 ☎ 31-1381
- 子ども福祉課 ☎ 31-0243
- 地域医療対策室 ☎ 31-0213
- 美都総合支所 ☎ 52-2312
- 匹見総合支所 ☎ 56-0302
- メールアドレス
hoken-center@city.masuda.lg.jp



平成31年度 がん検診無料対象者

下記節目年齢の方に、「子宮頸がん検診」「HPV 検査」「乳がん検診」を無料で実施します。
対象の方には、市より無料クーポン券を送付します。

【がん検診無料対象者一覧】

子宮頸がん検診 (女性のみ)	
20歳	平成10年4月2日～平成11年4月1日
30歳	昭和63年4月2日～平成元年4月1日
※ HPV 検査 (女性のみ)	
30歳	昭和63年4月2日～平成元年4月1日
※子宮頸がん検診のオプション検査です。	
乳がん検診 (女性のみ)	
40歳	昭和53年4月2日～昭和54年4月1日

5月12日(日)は、
「女性特有のがん検診」

乳がん・子宮頸がん検診があります。

〔場所〕市立市民学習センター
〔時間〕9:30～11:30 / 13:30～15:30

☆定員 午前・午後各20名

※乳がん検診は予約制です。

※4月1日(月)から予約の受付を開始します。

〔予約先〕市健康増進課 ☎ 31-0214



子宮頸がん検診

〔対象者〕20歳以上で益田市に住所登録のある方
〔料金〕900円
〔持ち物〕検診料金、健康手帳、健康保険証(施設検診のみ)

★施設(医療機関)検診

※直接医療機関に電話予約をして、受診してください。
(休日の予約不可)

期間 4月1日(月)～
翌年3月31日(火)

●益田赤十字病院

月・木曜日 15:00～
☎ 22・1480 (健診係)

●医師会病院

水曜日 13:30～
☎ 22・3611

※受診時間等の希望があれば、予約時にご相談ください。

●斎藤医院(須子町)

※水・木曜日は午後休診
土曜日は17:00まで
☎ 23・4530

予約制 乳がん検診

〔対象者〕40歳以上69歳以下の女性で益田市に住所登録のある方
〔料金〕2,000円
〔持ち物〕検診料金、健康手帳、健康保険証(施設検診のみ)

★施設(医療機関)検診

※要予約

●益田赤十字病院

期間 5月～12月

●医師会病院

期間 5月～12月

※乳がん検診は、お一人にかかる検査時間等の関係で、検診車による検診、施設検診ともに予約制です。ご了承ください。

〔予約先〕市健康増進課

☎ 31・0214

※がん検診無料対象の方で、クーポン券到着前に受診したい方は、健康増進課へご連絡ください。



「介護予防に取組んでみませんか」

まめな教室

元気な体づくりのために、楽しく体を動かしてみましよう。どなたでも気軽に参加いただけますので、お誘い合わせのうえお越しください。
地域で介護予防のお世話をされている方もぜひご参加ください。

日 4月10日(水)

13:30～15:00

場 市立保健センター

3階大ホール

内容 体力測定

持参する物 運動のできる服装、靴、タオル、飲み物



1111の相談

お気軽にご相談ください。相談は無料で、秘密は固く守ります。予約が必要です。

日 4月8日(月)

13:00～15:00

場 益田保健所

「予約・問い合わせ先」

益田保健所 健康増進課

☎ 31・9545

※5月以降の日程は、益田市健康づくりカレンダーをご確認ください。

骨髄提供者(ドナー) 休業補償制度

益田市では、市内に住む骨髄移植の提供者(ドナー)を対象に、通院(検査)・入院の休業補償として助成制度を実施しています。

このことで提供者(ドナー)の経済的負担を軽減し、ドナー登録者の増加や啓発につながっていきたく思います。助成内容は次のとおりです。

提供者(ドナー)

1日 2万円

※提供者が通院(検査)・入院に要した日数(延べ7日まで)

★助成制度の申請、問い合わせは健康増進課へご連絡ください。

問 市健康増進課

☎ 31・0214

骨髄バンクに

登録ください。



市立保健センター 開館時間の変更について

4月1日(月)から、市立保健センターの開館時間が次のとおり変更となります。

【変更前】

開館時間 8:30～22:00

【変更後】

開館時間

・平日および土曜日 8:30～22:00

・日曜日および祝日 8:30～17:15

※日曜日および祝日は、17:15以降、出入りできません。

なお、開館時間の変更に伴い、大ホールなど各部屋の使用時間も変更となります。日曜日および祝日は、夜間の利用はできません。午後9時以降に施設を利用する方は、17:00終了厳守をお願いします。

(翌日も引き続き使用する場合は、荷物等は置いたままで差支えありませんが、利用者は17:00までに退出してください。)



自死遺族 分かち合いのついで

大切な人を自死(自殺)で突然失う衝撃。これ以上つらいことはありません。でも、どうか一人で悩まないでください。一緒に痛みを語り合いませんか?。自死遺族だけで運営し、秘密は固く守られます。

日 4月27日(出)

14:00～17:00

(偶数月の第4土曜日)

※益田市健康づくりカレンダーをご確認ください。

場 市立保健センター

(駅前ビルEAGGA2階)

問 しまね分かち合いの会

虹(事務局:桑原さん)

☎ 090・4692・5960 (24時間対応)



母子手帳アプリ

母子モ♡ますだ

by 母子モ

「母子モ♡ますだ」は、妊娠中の健診記録や子どもの成長記録・予防接種のスケジュール管理、益田市からのお知らせやイベント情報の取得などができるスマートフォンアプリです。「母子モ♡ますだ」での記録は家族で共有することもでき、地域や家族とのつながりの中で、誰もが安心して妊娠・出産・子育てができるよう支援します。

無料で利用できますので、ぜひご利用ください。

アプリのダウンロード後、プロフィール登録でお住まいの地域の郵便番号を入力してご利用ください。

利用料金 無料!



または



※ Apple および Apple ロゴは米国その他の国で登録された Apple Inc. の商標です。Apple Store は、Apple Inc. のサービスマークです。Google Play および Google Play ロゴは Google LLC の商標です。

平成31年度 高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種のお知らせ (接種期間：平成31年4月1日～翌年3月31日)



平成31年度の接種対象は下記の方です！

平成26年度に定期接種を受けた方は、対象ではありませんので、ご注意ください。

※今年度限りの対象です！

年齢	対象者（生年月日）
65歳	昭和29年4月2日生～昭和30年4月1日生
70歳	昭和24年4月2日生～昭和25年4月1日生
75歳	昭和19年4月2日生～昭和20年4月1日生
80歳	昭和14年4月2日生～昭和15年4月1日生
85歳	昭和9年4月2日生～昭和10年4月1日生
90歳	昭和4年4月2日生～昭和5年4月1日生
95歳	大正13年4月2日生～大正14年4月1日生
100歳	大正8年4月2日生～大正9年4月1日生
101歳以上	大正8年4月1日以前に生まれた方

対象者は**2,500円**で
接種できます！

※生活保護世帯の方は無料

注) ただし、次の方は対象外です。

- ①予防接種をすることについて、希望する旨の意思確認ができない方。
- ②これまでに「23価肺炎球菌ワクチン」の予防接種を受けたことがある方。

※接種日に60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓もしくは呼吸器の機能の障がい、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障がいがある方（身体障害者手帳1級相当）も対象となります。

接種回数 1回

持ち物 健康保険証など住所・氏名・年齢が確認できるもの、健康手帳（お持ちの方）

受診方法 外来で接種を行う医療機関は次のとおりです。

各医療機関の診療時間内となりますので、あらかじめ予約をしてください。



あすかクリニック ☎ 23-3320	石見クリニック ☎ 23-2370	岩本内科医院 ☎ 23-1133	大畑医院 ☎ 22-0506	小田整形外科医院(※) ☎ 22-1168
おちハートクリニック ☎ 23-1588	斧山医院 ☎ 22-1346	金島胃腸科外科 ☎ 22-2345	神崎内科 ☎ 23-4535	黒田医院 ☎ 22-0966
くろたに内科クリニック ☎ 23-7737	神崎耳鼻咽喉科医院 ☎ 22-0551	すみかわクリニック ☎ 23-1188	たかせ内科 ☎ 25-7373	津田医院 ☎ 27-0007
なかしまクリニック ☎ 25-2503	永瀬脳外科内科 ☎ 31-0480	西谷内科医院(※) ☎ 23-7280	能美小児科医院(※) ☎ 24-2886	清澄メモリアル林医院 ☎ 22-3352
林泌尿器科 ☎ 22-0256	平野医院 ☎ 22-0998	益田整形外科医院 ☎ 22-1305	まついクリニック ☎ 31-1830	松本医院 ☎ 25-2611
村野医院 ☎ 31-2400	山尾医院 ☎ 22-1878	真砂診療所 ☎ 26-0012	中村医院 ☎ 56-0008	匹見澄川診療所(※) ☎ 56-0136
匹見道川診療所(※) ☎ 58-0007	美都診療所(※) ☎ 52-7272	益田赤十字病院(※) ☎ 22-1480	※印は、かかりつけ患者のみ	

表に掲載されていない医療機関の中にも、通院中の方に対しては接種ができる医療機関がありますので、**まずはかかりつけ医にご相談ください。**