



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

官民協働で「益田市健康
づくりカレンダー」を
発行しました



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)日程や健康
づくりに関する情報を1冊に
まとめた「益田市健康づくりカ
レンダー」を株式会社サイネッ
クスと官民協働で発行しまし
た。

身近なところに置いて、ぜひ
ご活用ください。

発行に必要な経費には、市内
の事業所・団体からの広告掲載
料が充てられています。広告掲
載にご協力いただきました事
業所・団体の皆さま、ありがと
うございました。

5月31日は
「世界禁煙デー」
なくそう!

“望まない受動喫煙”



たばこの煙から
みんなの健康を守ろう!!

「看護の日」は、老若男
女を問わず看護の心、ケア
の心、助け合いの心を分か
ち合い、誰もがその心を育
むきっかけになるよう、フ
ローレンス・ナイチンゲー
ルの誕生日5月12日にちな
み制定されました。
その日にあわせ、街頭
キャンペーン
等を予定して
います。



5月10日は、

『がんミニドック』として
胃がん・肺がん・乳がん・
子宮頸がん検診があります。

場 市立市民学習センター

胃がん・肺がん

9:00～11:00 13:30～14:30

乳がん・子宮頸がん

9:30～11:30 13:30～15:30

(持ち物) 健康手帳、料金

【胃がん検診】

対象者 40歳以上の方

料金 1,100円

【肺がん検診】

対象者 40歳以上の方

料金 300円

(かくたん検査が必要
な方は900円)

【乳がん検診】

※予約制(午前・午後各20名)

※定員残りわずかです。

対象者 40～69歳の方

料金 2,000円

予約先 市健康増進課
☎ 31・0214

【子宮頸がん検診】

※国の指針に基づき2年に一度の
検診受診をお勧めしています。

対象者 20歳以上の方

料金 900円

※無料クーポン券をお持ちの方は
ご持参ください。

※クーポン対象者は、広報ますだ4
月号、益田市健康づくりカレン
ダー36ページに掲載しています。

市の助成が受けられるのは
一生に1回です。

高齢者肺炎球菌ワクチン
予防接種のお知らせ

肺炎球菌は、日常でかかる肺
炎の中で、最も多い原因菌とい
われています。
肺炎球菌ワクチンは、肺炎球
菌によって起こる肺炎等の感
染症を防ぐワクチンです。

〔接種期間〕

令和3年3月31日(水)まで

(各医療機関の診療時間内)

※対象年齢、料金、接種可能な医
療機関等、詳しくは、益田市健
康づくりカレンダー40ページ
でご確認ください。

〔注意事項〕

- ・予防接種をすることについて
本人が希望しているという意
思確認ができない方は、助成
対象外です。
- ・これまでに「23価肺炎球菌ワ
クチン」の予防接種を受けた
ことがある方も、助成対象外
です。
- ・予防接種を受ける前に、かか
りつけ医やご自身の健康手帳
等で必ず接種歴をご確認くだ
さい。

さ。

ご自身の接種歴に
ついて確認したい
場合は、健康増進課
(☎31・0214)へ
お問い合わせください。



5月17日は「日本高血圧の日」
～日頃の血圧(家庭血圧)を知ろう～

♥家庭血圧の測り方

高血圧で治療中の方も、そうでない方も
日々の血圧測定と記録が大切です。

♥いつ測るの? …1日2回、朝と夜



朝:起床後1時間以内、排尿後・朝食や服薬の前
夜:寝る前

♥どこで測るの?… 静かで寒くない場所
椅子に座って落ち着ける場所



♥家庭で血圧を測定し、記録をつけることで血圧の異常に気づいたり、病院での治療に役立てることが出来ます。

♥気をつけることは?

- ・測定前の1～2分は座って安静に
- ・カフ(腕帯)と心臓が同じ高さになるように
- ・一度の計測で2回測定し、その平均を記録
(1回のみ場合はその値を記録)
- ・グラフにすると変化や様子が伝えやすくなります



一般不妊治療費の助成額を増額します

益田市では、医療保険が適用される不妊治療（診断のための検査等治療の一環として実施される検査を含む）および人工授精を対象として、一般不妊治療費の助成を行なっています。

令和2年度申請分から一般不妊治療費助成の上限額を8万円に増額します。

〔対象〕 令和2年3月1日から令和3年2月28日までに受けた一般不妊治療

〔申請期限〕 令和3年3月31日(木)まで

※対象者、申請に必要な書類等は変更ありません。詳しくは、子ども家庭支援課まで問い合わせください。

不育症治療費の助成を開始します

不育症とは、妊娠はするけれど流産、死産などをくり返して子どもを持っていない状態をいいます。益田市では、不育症の治療を受ける方の経済的負担を軽減するために、検査費や治療費の一部を助成します。治療を終了してから申請することができます。

〔対象者〕 次の全ての要件を満たす夫婦

- ①産婦人科等の医療機関で不育症治療を受けている。
- ②法律上の夫婦であって、夫婦のいずれか一方または両方が益田市内に居住している。
- ③夫および妻が社会保険各法による医療保険の被保険者または被扶養者である。
- ④他の地方公共団体が実施する不育症治療に係る助成事業の適用を受けていない。



〔助成期間〕

不育症治療を開始した日から出産した日（死産または流産を含む）または医師の判断により不育症治療が終了した日までの期間。ただし、令和2年4月1日以降に受けた検査および治療に限ります。

〔助成金額〕

不育症治療開始から終了までの期間ごとに、5万円を上限額とします。

〔申請期間〕

治療が終了した翌日から6カ月以内に申請をしてください。

〔その他〕

申請には、申請書、医師の証明書等が必要となります。詳しくは、子ども家庭支援課まで問い合わせください。

【問い合わせ先】 市子ども家庭支援課 ☎ 31-1381



母子手帳アプリ

母子モ♡ますだ

by 母子モ

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、ぜひご活用ください。

利用料金
無料!

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。



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。