



問い合わせ先

市立保健センター (FAX 23-7134)  
 健康増進課 ☎ 31-0214  
 子ども福祉課 ☎ 31-0243  
 子ども家庭支援課 ☎ 31-1381  
 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



5月13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  
 ※乳がん検診は予約制です。(午前・午後各20名)  
 ☆4月2日(月)より予約の受付を開始します。  
 〔予約先〕市健康増進課 ☎ 31-0214

平成30年度 益田市健康カレンダーを配布します。  
 今年度も、益田市健康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カレンダーをご覧ください。

平成30年度 がん検診無料対象者

下記節目の年齢の方に、「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 無料対象者(女性のみ)	
20歳	平成9年4月2日～平成10年4月1日
30歳	昭和62年4月2日～昭和63年4月1日
※HPV検査 無料対象者(女性のみ)	
30歳	昭和62年4月2日～昭和63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 無料対象者(女性のみ)	
40歳	昭和52年4月2日～昭和53年4月1日

子宮頸がん検診

〔対象者〕20歳以上の女性で  
 益田市に住所登録のある方  
 〔料金〕9,000円  
 〔持ち物〕  
 検診料金、健康手帳、  
 健康保険証

★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2日(月)～

平成31年3月30日(土)

●益田赤十字病院

木曜日 15:00～

☎ 22-1480(健診係)

●医師会病院

水曜日 13:30～

☎ 22-3611

●斎藤医院(須予町)

※水・木は午後休診

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(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、

平成31年2月17日(日)、

3月9日(土)

※午前・各10名

※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

※無料クーポン対象の方で、クーポン到着前に受診したい方は、健康増進課へご連絡ください。

こころの相談

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9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カレンダーをご確認ください。

まめな教室

介護予防に取り組んでみませんか？

楽しく体を動かして元気な体づくりをしましょう。どなたでも気軽にご参加いただけますので、お問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11日(水)

13:30～15:00

**内容** 体力測定

**場** 市立保健センター

3階大ホール

持参する物 運動のできる服装、靴、タオル、飲み物



※5月以降の日程は、益田市健康カレンダーをご確認ください。

**問** 市健康増進課

☎31・0214

骨髄提供者(ドナー) 休業補償制度について

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げていきたいと思えます。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。



健康相談

ご自分やご家族の健康について一人で悩んでいることはありませんか？

健康増進課では、毎月1回、保健師と栄養士による健康相談を開催しています。健診結果の見方やご家族の健康についてなど、なんでも気軽に相談ください。

**【日程】**

5月11日(金)、6月8日(金)  
7月6日(金)、8月10日(金)

**【予約・問い合わせ先】**

市健康増進課

☎31・0214

**【時 場】**

市立保健センター

9:00～11:30

※1人30分、1日5名までの予約制です。

3月8日(金)

1月25日(金)、2月8日(金)

平成31年1月11日(金)

12月13日(木)

11月9日(金)、11月30日(金)

10月5日(金)、10月26日(金)

9月7日(金)、9月21日(金)

平成30年度 第43回「歯と口の健康フェスティバル」開催

**日** 6月3日(日)

**時** 9:00～12:00

**場** 市立市民学習センター

多目的ホール

主催 益田鹿足歯科医師会・益田地区歯科衛生士会

※詳しくは、広報ますだ5月号でお知らせします。



自死遺族 わかちあいのしんご

大切な人を自死で突然失う衝撃。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28日(土) 14:00～17:00

(偶数月の第4土曜日)

※益田市健康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)

☎090・4692・5960

(24時間対応)

食育コーナー

食事を楽しもう

元気に過ごすためには毎日の食事が基本です。バランスの良い食事を無理なく続けていくためには、おいしく楽しく食べられることが大切です。



また、食事をおいしく食べるにはお口の健康が重要です。会話を楽しみながら、ゆっくりよく噛んで食べましょう。

食事をしながら家族や知り合いなどとコミュニケーションを取ることや食事の準備や片づけを通し、食に関する知識や技術を身に付けることが食事の楽しみにつながります。



益田市食育推進キャラクター まろピー

## 平成30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30年4月2日～平成31年3月30日)



### 平成30年度の接種対象は下記の方です！ 生年月日を確認してください！

※今年度限りの対象です！

年齢	平成30年度の対象者（生年月日）
65歳	昭和28年4月2日生～昭和29年4月1日生
70歳	昭和23年4月2日生～昭和24年4月1日生
75歳	昭和18年4月2日生～昭和19年4月1日生
80歳	昭和13年4月2日生～昭和14年4月1日生
85歳	昭和 8年4月2日生～昭和 9年4月1日生
90歳	昭和 3年4月2日生～昭和 4年4月1日生
95歳	大正12年4月2日生～大正13年4月1日生
100歳	大正 7年4月2日生～大正 8年4月1日生

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
内藤内科外科 ☎ 22-3300	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。](#)