

5月の保健センターのお知らせ

☎ 65・0065
FAX 62・0551



会場名の記載がない催しは保健センターで開催。申し込みは、特に指定がない場合は同センターへ。
協力医療機関についてのお問い合わせも同センターへお願いします。

「受けちゃった？」 声かけあってみんなで行こう！がん検診 大腸がん検診の受診を

今年から保健センターへの申し込みが不要になりました。実施期間内に直接実施医療機関に受診してください。



- 【実施期間】** 10月31日(金)まで
- 【場所】** 市内の実施医療機関
(詳しくは、保健センターにお問い合わせを)
- 【内容】** 便潜血反応検査(少量の便を2日間採取)
- 【対象】** 市内に住民登録のある40歳以上
(昭和50年3月31日以前出生)
- 【料金】** 500円
- 【その他】** 次に該当する人は無料

- ◆市民税非課税世帯(※1) ◆生活保護世帯(※1)
- ◆70歳以上(昭和20年3月31日以前出生)
- ◆舞鶴市国民健康保険の加入者
- (※1) の人は受診希望日の10日前までに保健センターにご連絡を。

予防接種に関するお知らせ

◆日本脳炎1期
平成19年4月2日～21年10月1日生まれで、90か月になる日の前日までに接種が完了しない場合は、10～13歳未満に1期の未完了分を定期接種として接種可。該当者には通知済み。

健康診査・予防接種

	対象	内容	その他
乳幼児健診	3か月・10か月・1歳6か月・3歳児	◆身体計測 ◆問診 ◆医師の診察 など	該当者には通知。対象などは同センターか市ホームページでご確認を。転入や紛失などで予診票がない人は、同センターへ連絡を。
予防接種 (協力医療機関 で個別接種)	乳幼児 児童・生徒	◆ヒブ ◆小児用肺炎球菌 ◆四種混合1期 ◆BCG ◆麻しん風しん1期・2期 ◆日本脳炎1期 ◆三種混合1期 ◆不活化ポリオ	《子宮頸がん予防ワクチンの接種》 国の通知により現在、積極的に勧めしていません。ただし、有効性とリスクを理解した上で接種することはできます。
		◆三種混合2期 ◆日本脳炎2期 ◆子宮頸がん予防	

教室・相談

	対象	日時	内容	定員	料金	申し込み
歯っぴースマイル教室 (2歳児むし歯予防教室) ※各1回のみ参加可	2歳6か月児 2歳児	平成23年6月22日～11月16日生まれ 平成23年12月15日～24年5月27日生まれ	5月29日(木) 9時～11時15分	◆歯の話 ◆歯科健診 ◆フッ素塗布	先着20人 先着30人	300円 5月12日(月)から電話で
離乳食教室	5～6か月児の保護者	5月23日(金) 14時～15時30分	離乳食開始後の話と試食	先着15人	無料	5月2日(金)から電話で
健やか育児相談	乳幼児の保護者	5月19日(月) 9時30分～11時	◆育児の悩み相談 ◆歯・食事の相談 ◆身体計測 など	なし	無料	不要
心の健康相談室	市内在住の人	5月26日(月) 11時～15時45分	子育ての悩みや人間関係、仕事のストレス など	先着3人	無料	5月2日(金)～23日(金)に電話で

はちまるにいまる 8020 歯っぴいデイ

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」。
80歳で20本以上の歯を残すことを目指し、啓発イベント「8020 歯っぴいデイ」を開催します。

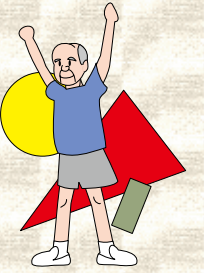
- 【日時】** 6月4日(水)9時30分～12時
- 【場所】** 中総合会館
- 【内容】** 歯や入れ歯、むし歯、歯周病など、お口の悩みに舞鶴歯科医師会の馬場俊郎歯科医師が対応。
- 【定員】** 先着15人
- 【申し込み方法】** 5月7日(水)～前日に電話で保健センターへ。

《健口アドバイスコーナーも開設》
9時30分～16時、同館3階。むし歯、歯周病などの予防啓発に関する展示と歯科衛生士による口腔ケアアドバイスなど。無料。申し込み不要。
※口腔ケアグッズの配布あり

◆同じワクチン同士の接種間隔が見直し
四種混合1期、三種混合1期、不活化ポリオ、日本脳炎1期、ヒブ、子宮頸がんの予防接種は従来定められていた接種間隔を超えて接種した場合も、接種有効期限内であれば定期接種として接種可。また、四種混合1期、三種混合1期、不活化ポリオ、日本脳炎1期の追加接種は、初回接種終了後6か月以上の間隔をおいて接種可。

いつまでも健康で生き生きと 「高齢者生き生きトレーニング教室」参加者を募集

- 【日時・会場】** 下表のとおり
- 【内容】** 筋力、柔軟性、バランス能力などのトレーニングやスワロピクス、体力測定
- 【対象】** 65歳以上(多数の場合は抽選) ※初めての人を優先、要支援・要介護認定者は除く
- 【参加費】** 月2,000円
- 【その他】** 今年度は全会場で6月に一斉スタートします。
- 【申し込み方法】** 5月7日(水)～16日(金)に電話で各会場へ。



会場・申込先	実施期間	曜日・時間	定員
スタジオ PEP (☎66・3330)	6月2日～ 来年3月23日	毎週月曜日 14時～16時	25人
	6月4日～ 来年3月25日	毎週水曜日 10時～12時	25人
大浦会館 (☎68・2010)	6月3日～ 来年3月24日	毎週火曜日 9時30分～11時30分	30人
西市民プラザ (☎77・0086)	6月3日～ 来年3月24日	毎週火曜日 10時～12時	25人
	6月5日～ 来年3月19日	毎週木曜日 14時～16時	25人

会場・申込先	実施期間	曜日・時間	定員
加佐公民館 (☎83・0014)	6月3日～ 来年3月24日	毎週火曜日 13時30分～15時30分	30人
東体育館 (☎66・1061)	6月4日～ 来年3月25日	毎週水曜日 14時～16時	20人
保健センター (申し込みは、 スタジオ PEP ☎66・3330へ)	6月6日～ 来年3月20日	毎週金曜日 10時～12時	40人
	6月10日～ 来年3月31日	毎週火曜日 14時～16時	40人
城南会館 (☎78・1800)	6月6日～ 来年3月20日	毎週金曜日 14時～16時	30人
南公民館 (☎62・0288)	6月10日～ 来年3月31日	毎週火曜日 14時～16時	40人

5月のカレンダー

休日・土曜日の救急・急病診療

日	診療時間	当番病院(内科・外科)
3日(土)	9時から	舞鶴共済病院(☎62・2510)
4日(日)	9時から	舞鶴共済病院(☎62・2510)
5日(月)	9時から	舞鶴医療センター(☎62・2680)
6日(火)	9時から	舞鶴赤十字病院(☎75・4175)
10日(土)	開業医の診療終了後	舞鶴医療センター(☎62・2680)
11日(日)	9時から	舞鶴医療センター(☎62・2680)
17日(土)	開業医の診療終了後	舞鶴赤十字病院(☎75・4175)
18日(日)	9時から	舞鶴赤十字病院(☎75・4175)
24日(土)	開業医の診療終了後	舞鶴共済病院(☎62・2510)
25日(日)	9時から	舞鶴共済病院(☎62・2510)
31日(土)	開業医の診療終了後	舞鶴医療センター(☎62・2680)

※受診は、できる限り昼間の時間帯をお願いします。
また、軽症などの緊急を要しない症状の場合は、できる限り平日の診療時間内にかかりつけ医での受診をお願いします。

休日の小児科一次診療

日	診療時間	当番病院
3日(土)		舞鶴共済病院(☎62・2510)
4日(日)		舞鶴共済病院(☎62・2510)
5日(月)	9時～18時	舞鶴医療センター(☎62・2680)
6日(火)	※受け付けは 17時30分まで	舞鶴赤十字病院(☎75・4175)
11日(日)		舞鶴医療センター(☎62・2680)
18日(土)		舞鶴赤十字病院(☎75・4175)
25日(日)		舞鶴共済病院(☎62・2510)

水道修理

当番会社
足立管工業㈱(☎75・4140) ※19時以降は市役所(☎62・2300)か西支所(☎75・2250)へ。

納期

種類	納期限
軽自動車税	(全期)
普通自動車税	(全期) 6月2日(月)

献血の日程

日	受付時間	会場
17日(土)	9時～13時	志摩機械㈱
25日(日)	9時30分～12時	田辺城まつり
	13時～15時30分	
30日(金)	9時30分～12時30分	バザールタウン舞鶴
	13時30分～16時	

※骨髄バンクドナー登録会を同時開催。いずれも400㍉のみ

ごみ・し尿の収集

日	収集ごみ		粗大ごみの 戸別収集 申込受付※1	し尿の 収集	ごみの持ち込み	
	可燃	不燃			清掃 事務所	リサイクル プラザ
1日(木)	○	○	○	※2		
2日(金)	○	○	○	※2		
5月	3日(土)	休	休	休	8時30分～16時	8時30分～16時
	4日(日)	休	休	休		※3
5日(月)	休	○	休	休		
6日(火)	休	○	休	休		

- ※1 受付時間は平日の8時30分～16時30分。専用電話(☎64・5953)へ。
- ※2 舞鶴保健興業㈱が収集する地域＝東地区(寺川以西)、中地区(全域)、西地区(吉原、匂崎)は4月30日、5月1日・2日も休業。
- ※3 土・日曜日の持ち込みは、事前に予約が必要。予約は平日の8時30分～16時30分に同プラザ(☎64・7222)へ。