

問 石岡保健センター TEL 24-1386 八郷保健センター TEL 43-6655

01 **11月総合健診** 会場：八郷保健センター

保健センターでお得に健康診査やがん検診が受けられます。（胃がん健診あり）

11月13日 ㊟・**14日** ㊟・**15日** ㊟

受付時間：午前7時～10時30分

申込方法

10月9日㊟から、八郷保健センターへ電話・直接窓口・電子申請システムで申し込み。

※定員になり次第受付終了

※石岡会場での健診も空きがあれば申込可能です。詳細はお問い合わせください。

健診項目・対象・個人負担金・申込方法の詳細はこちらから→



02 **10月の地区健診**

10月7日 ㊟ 瓦会地区公民館

10月8日 ㊟ 八郷保健センター

10月23日 ㊟ 東成井田園都市センター

10月24日 ㊟ 園部地区公民館

受付時間：午前9時30分～11時
午後1時30分～3時

※39歳以下の健康診査・肝炎ウイルス検診・大腸がん検診をご希望の方は事前にお申し込みください。

健診項目・対象・個人負担金・申込方法の詳細はこちらから→



**総合健診・地区健診
健診項目と個人負担金**

※70歳以上は無料

- ・健康診査（18～39歳）：1,000円
- ・特定健康診査（40～69歳）：1,000円
- ・特定健康診査（70～74歳）：無料
- ・後期高齢者健康診査（75歳以上）：無料
- ・肺がん検診（40歳以上）：300円
- ・胃がん検診（40歳以上）：1,500円
- ・胃がんリスク検診
（40歳以上で過去受診歴がない人）：700円
- ・大腸がん検診（40歳以上）：500円
- ・前立腺がん検診（50歳以上男性）：600円
- ・肝炎ウイルス検査
（40歳以上で過去受診歴がない人）：1,000円

03 **子宮・乳がん個別検診**

子宮がん・乳がんの早期発見のために、定期的な検診が大切です。（医療機関検診）

| 子宮がん検診項目 | 対象年齢 | 個人負担金 |
|--------------|-------|--------|
| 子宮頸がん検診（細胞診） | 20歳以上 | 2,000円 |

| 乳がん検診項目 | 対象年齢 | 個人負担金 |
|------------|--------|--------|
| 超音波（エコー） | 30歳以上 | 1,000円 |
| マンモグラフィ2方向 | 40～49歳 | 1,000円 |
| マンモグラフィ1方向 | 50歳以上 | 1,000円 |

※検診実施機関は保健センターにお問い合わせください。

検診項目・対象・個人負担金・申込方法の詳細はこちらから→



04 **こころ、元気ですか？
こころの体温、はかってみましょう**

スマートフォンやパソコンでストレス度や落ち込み度を気軽にチェックできます。自分だけでなく周りの大切な人のこころの健康も確認できます。ぜひお試しください。

石岡市 こころの体温計



※結果は医学的診断をするものではありません。

05 対象者には必要書類を郵送します

インフルエンザ予防接種費用の助成

助成期間：10月1日(火)～令和2年1月31日(金)

助成費用：2,000円 **助成回数**：1回

※生活保護世帯は全額助成制度あり。(事前手続き要)

助成対象

65歳以上の高齢者(定期接種)

※接種日現在で65歳(昭和29年10月2日～12月31日生まれ)の人は、誕生月に書類を郵送します。

※60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能などの障がいがあり、身体障害者手帳1級所持者は事前に手続きが必要です。

1歳～中学3年生(任意接種)

※接種日現在で1歳になる人(平成30年10月2日～12月31日生まれ)は、1歳児相談受診時に書類を交付します。

※対象年齢以前の接種は助成が受けられません。

接種場所

- ・石岡市医師会加入の医療機関(小児・高齢者)
- ・県医師会加入医療機関(高齢者のみ)
- ・予防接種要注意者医療機関(小児のみ)

※上記以外の医療機関で接種した場合、口座に助成費用を振り込みます。申請期限は令和2年3月31日(火)までです。

*インフルエンザ予防接種は義務ではありません。

予防接種はお早めに!

十分な効果を維持する期間は、接種後2週間後～5ヶ月間とされています。12月中旬までの接種をお勧めします。

助成について、詳しくは保健センターまでお問い合わせください。

まちかど情報センターニュース

※駐車場はまちかど情報センター駐車場(向かい側)臨時駐車場をご利用ください。

●ギャラリー

アトリエハートタイム

水彩画展

期間/10月4日(金)午後5時～16時

日(水)午前まで

鉄道横断で見えるお召列車

期間/10月1日(火)～30日(木)

参加者募集!まちかどハロウィンパレード



▼中心市街地のお店をまわってお菓子をゲット!
日時/10月27日(日)午後1時集合・1時30分出発
募集人数/100名

申込締切/10月21日(月)まで
 参加費/500円



●パソコン教室
仲間とワハハで脳活OK

▼みんなでパソコンを学びあい、パソコンで遊びます。初心者歓迎。

日時/10月7・21日(月)

①午前10時～12時

②午後1時～3時

③午後3時～5時

資料代/500円

●歴史カフェ(参加自由)
日時/10月28日(日)

Tel 27・5171

開館時間/午前10時～午後8時(木曜休館)

午後2時～

午後2時～

案内人/矢口輝行氏

(まちかど歴史案内人)

資料代/300円

サンド市

今日は19日(土)開催!

日時/毎月第3土曜日

午前11時～午後3時

10月のコミュニティ

◆心と身体の健康相談

(不定期開催)

時間/午前10時30分

～午後1時

※血圧計を用意しています。

◆折り紙教室

日時/10月26日(土)

◆ちりめん小物

日時/10月5・19日(土)

◆まちかどバザール

今日は2日(水)開催!

日時/毎週第1水曜日

午前10時から