

4月ほけんのページ

◎相談・教室など

| 内容 | とき | ところ・問い合わせ |
|-----------------------------|--|----------------------------------|
| ◆こころの相談 悩みのある人とその家族 | 5月1日(水) 14:00~15:00 ※26日(金)までに要予約 | 保健センター ☎健康増進課 ☎51-6791 |
| ◆子どものこころの相談 小・中・高校生 | 18日(水)14:00~ ※11日(水)までに要予約 | 保健センター ☎こども家庭センター ☎51-6792 |
| ◆パパママ教室 妊婦とパートナーやその家族 | 【妊娠期コース】 ◆妊産婦と家族の栄養講話 ◆妊婦体操 21日(日) 10:00~11:30 | 保健センター ☎こども家庭センター ☎51-6797 |
| ◆栄養相談 栄養・食生活に関する相談を希望する人 | 22日(月) 9:30~10:20~ 11:10~13:15~ 14:05~14:55~ ※18日(水)までに要予約 | 保健センター ☎健康増進課 ☎51-6791 |

※毎月開催する乳幼児健康診査の対象者には個別通知します。年間予定表は市ホームページや「とわだ子育てアプリ」をご覧ください。

子育てをもっと楽しく! (詳しくは3ページをご覧ください)

「とわだ子育てアプリ」



とわだ子育てアプリ

検索



◎上十三保健所の相談窓口

| 内容 | とき | ところ・問い合わせ |
|---|-------------------------------------|-----------------------------|
| ◆療育相談 首すわり、おすわり、歩き始めが遅い気がするなど発育や発達について心配のあるお子さんの家族 | 24日(水) 9:00~11:30 ※要予約 | 上十三保健所 ☎23-4261 |
| ◆B型・C型肝炎検査 (※) 過去にB型・C型肝炎ウイルス検査を受けたことがない人 | 9日(火)・23日(火) ※要予約 13:00~13:30 | |
| ◆精神保健福祉相談 心の悩みや病気に関する相談を希望する人 | 17日(水)※要予約 13:00~14:00 | 上十三保健所 エイズ専用 ☎23-8450 |
| ◆HIV(エイズ)に関する相談 感染の心配やエイズに関する相談を希望する人 | 9日(火)・23日(火) ※要予約 13:30~14:30 | |

(※) 40歳以上の市民は市の健診でも検査ができます。詳しくは健康増進課(☎51-6790)へお問い合わせください。

集団健康診査など

☎健康増進課☎51-6790、51-6791

十和田市 健診

検索



予約はこちらから▶

受診する人は希望する実施日の2週間前までに健康増進課に申し込みください。

◎**早期健診** 特定健康診査、後期高齢者健康診査、胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診、肝炎、骨粗しょう症検診(※)
受付時間 ▶午前7時~9時(保健センター、藤坂小学校) ▶午前7時~8時30分(その他の場所)

| 実施日 | 実施場所 |
|-------------------------------------|-------------|
| 5月 23日(木)~29日(水) ※25日は骨粗しょう症検診の日 | 保健センター |
| 6月 12日(水)~18日(火) | |
| 6月 25日(火)~27日(木) ※26日は骨粗しょう症検診の日 | 西コミュニティセンター |
| 7月 3日(水)、4日(木) | 沢田悠学館 |
| 9日(火)~11日(木) | 保健センター |
| 17日(水) | 市民の家 |
| 23日(火) | 切田中学校 |
| 24日(水)、25日(木) | 四和小・中学校 |
| 26日(金) | 十和田湖小・中学校 |
| 31日(水) | 藤坂小学校 |

| 実施日 | 実施場所 |
|---|----------|
| 8月 1日(木) | 藤坂小学校 |
| 2日(金) | 北野集落センター |
| 6日(火) | 深持小学校 |
| 7日(水)、8日(木) | 大深内小中学校 |
| 22日(木)~24日(土) ※24日は骨粗しょう症検診の日 | 保健センター |
| 9月 14日(土)、15日(日) | |
| 17日(火)~19日(木)※17日は女性限定の日、骨粗しょう症検診の日 | |
| 10月 24日(木)~30日(水)※26日は女性限定の日、骨粗しょう症検診の日 | |
| 11月 23日(土)~29日(金)※26日は女性限定の日、骨粗しょう症検診の日 | |

◎**婦人科検診** (子宮頸がん検診、乳がん検診)
受付時間 ▶正午~午後1時(保健センター) ▶午前9時~10時(保健センター:★の日のみ)
▶午後0時30分~1時30分(沢田悠学館)

| 実施日 | 実施場所 |
|-----------------------|--------|
| 6月 5日(水)、6日(木)、★8日(土) | 保健センター |
| 8月 ★17日(土)、★18日(日) | |
| 9月 4日(水)、5日(木) | |

| 実施日 | 実施場所 |
|------------------------|--------|
| 10月 ★5日(土)、★6日(日) | 保健センター |
| 10日(木) | 沢田悠学館 |
| 11月 7日(木)、8日(金)、★9日(土) | 保健センター |

予防接種

☎健康増進課☎51-6790

◆高齢者肺炎球菌予防接種

昭和34年4月2日以降に生まれた次の①の対象者へは、65歳の誕生日を迎える月の前月末に予診票を送付します。接種を希望する場合は、指定医療機関で接種しましょう。

同じく②に該当する人で、接種を希望する場合は、健康増進課へお申し込みください。

対象 接種日において本市に住民登録をしている人で、次のいずれかに該当する人
ただし、過去に23価肺炎球菌 莢膜ポリサッカライドワクチンを接種した人(自己負担含む)は除きます。

- ①65歳の人
- ②60歳以上65歳未満の人で、心臓、腎臓、呼吸器の機能や免疫の機能に障害がある人(身体障害者手帳1級相当)

◆ヒトパピローマウイルス (HPV) 感染症予防接種

予診票は、中学1年生以上の対象者へは送付済みです。小学6年生の対象者へは令和7年1月頃に送付する予定ですが、その前に接種を希望する場合はお問い合わせください。

対象 接種日において本市に住民登録をしている人で、次のいずれかに該当し、接種を完了していない人

- ①小学6年生から高校1年生相当までの女子
(標準的な接種期間: 中学1年生)
 - ②キャッチアップ接種対象者
(平成9年4月2日から平成20年4月1日に生まれた女子)
※転出した場合は、転出先の自治体へお問い合わせください。
- 期限** ①16歳となる日の属する年度の末日(高校1年生相当) ②令和7年3月31日
※平成17年4月1日以前に生まれた人で、過去に自費で接種した人を対象とした助成制度があります。申請期限は令和7年3月31日ですので、該当する人はお早めにお問い合わせください。

休日当番医

☎健康増進課☎51-6790

| | | |
|--------|-------------------------|----------|
| 7日(日) | 十和田第一病院(東三番町10-70) | ☎22-5511 |
| 14日(日) | 小嶋外科胃腸科医院(西三番町15-41) | ☎23-2666 |
| 21日(日) | さとの整形外科クリニック(東十一番町7-17) | ☎21-5885 |
| 28日(日) | 篠田医院(稲生町21-21) | ☎23-2022 |
| 29日(月) | 北園内科クリニック(西二十一番町14-38) | ☎22-2331 |

▶診療時間 午前9時~午後5時
※詳しくはお問い合わせください。
▶医療機関により規模や診療科が異なるため、症状などによっては診察できない場合がありますのでご了承ください。
▶子どもの症状で、受診すべきかわからないときは小児救急電話相談#8000(ダイヤル回線・公衆電話からは017-722-1152)へお問い合わせください。
▶急を要さない場合は、平日の診療時間内に受診をお願いします。休日は受診できる医療機関が限られ、平日以上に混雑する場合があります。

◆風しんクーポン券を利用する抗体検査などを実施します



これまで風しんの予防接種を公的に受ける機会がなかった男性に対し、無料で風しん抗体検査・予防接種を実施しています。

対象者へは、案内を送付します(既にクーポン券を利用した人は除く)。

妊婦が妊娠初期に風しんに感染することによる先天性風しん症候群を防ぐため、風しんの流行を起こさないことが大切です。この機会にぜひ受診しましょう。

対象 昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性
期限 令和7年2月28日

◆風しん抗体検査・予防接種

対象 市内に住居を有し、次のいずれかに該当する人
①妊娠を希望する女性とその同居者
②風しんの抗体価の低い妊婦の同居者

※過去の抗体検査歴などにより、対象とならない場合もありますので、お問い合わせください。

助成内容 ①風しん抗体検査費用
②風しんまたは麻しん風しん混合ワクチン接種費用
※抗体検査を受けて、十分な抗体価がなかった場合に予防接種を行います。

必要な物 ▶申請書▶母子健康手帳(妊婦の同居者が申請する場合)▶本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証など)▶抗体価が分かるもの(風しん抗体検査を受けたことがある人のみ。妊婦健診を受けたことがある人は、その際の母子健康手帳など)
※申請書は保健センターに備え付け、または市ホームページからダウンロードできます。

◎献血のお知らせ

☎健康増進課☎51-6790

| 実施予定日 | 時間 | ところ |
|--------|-------------|-----------------|
| 17日(水) | 9:30~12:00 | 紺野建設(株) |
| | 13:30~15:30 | 上北建設(株) |
| 24日(水) | 10:00~11:30 | 青森県農業共済組合南部支所 |
| | 13:00~16:00 | 十和田東病院 |
| 25日(木) | 10:00~12:00 | 十和田市役所 |
| | 13:30~16:00 | |
| 27日(土) | 10:00~12:00 | イオンスーパーセンター十和田店 |
| | 13:30~16:00 | |

■献血のご協力をお願いします

医療技術が進歩した今日でも、血液は人工的に作ることもできず、長期保存もできません。

血液を必要としている患者さんのために、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

※献血の日程は市ホームページにも掲載しています。



けんけつちゃん

詳しくはこちらから▶

