

肺がん・大腸がんの追加検診

肺がん・大腸がん検診はお済みですか。今年度最後の検診ですので、受け忘れた方はぜひこの機会に受診しましょう。

- ◆日時 11月29日 10時～12時
- ◆場所 福祉保健センター
- ◆内容 肺・胸のレントゲン、大腸・便潜血検査（検便）
- ◆持ち物 検診料金（肺：500円、大腸：800円）、保険証、2日分の便（大腸がん検診を受ける方のみ）
- ※51～60歳（昭和35年4月2日～昭和45年4月1日生）の方は無料です。
- ※検便容器をお持ちでない方は、すこやか子育て課健康づくり班までご連絡ください。

◆注意事項
 ・検便の提出は、代理の方でも構いません。黄色い封筒（裏面）の間診項目を必ず記入してください。
 ・肺がん検診での検査着は貸し出ししません。ボタンなどのプラスチック、金具、プリントのついていない服装でお越しください。

☎ すこやか子育て課健康づくり班
 ☎ 30・0119



認知症カフェ

「認知症カフェ」は、認知症の方やご家族、地域の方たちが集い、認知症について知る・語る・つながる場所です。カフェによって内容が異なりますので、すべてのカフェを訪れてみてください。

- ◆時間 9時30分～12時30分
- ◆対象 認知症のあるなしに関わらず、老若男女どなたでも参加できます。
- ◆内容 お茶の時間、ミニ講話、レクリエーション、創作活動、体操など、毎月変わります。
- ◆参加費 いずれのカフェも無料

名称	日にち	場所	問い合わせ
オレンジカフェ しゃべり～な	6日 金 (毎月第1金曜日)	谷内地区市民センター	☎ 30-0103
ほっとな茶屋 月山の郷	15日 日 (毎月第3日曜日)	月山の郷 (毛馬内)	☎ 25-8022
まちっこカフェ	18日 水 (毎月18日)	多世代交流スペース まちっこ (花輪)	☎ 22-4080 ※要予約
ぷら～っと カフェ	19日 木 (毎月第3木曜日)	社会福祉協議会	☎ 23-2165

子宮がん・乳がん検診

子宮がん、乳がん検診の予約を受け付けています。検診をご希望の方は、すこやか子育て課健康づくり班までご連絡ください。

- ◆検診場所 かつの厚生病院・子宮がん・乳がん検診、いけがみレディースクリニック・子宮がん検診

☎ すこやか子育て課
 健康づくり班 ☎ 30・0119



申し込みはこちら

里帰り中の妊産婦さんもお気軽に相談ください

市では、里帰り中の妊産婦さんの相談に応じるため、子育て世代包括支援窓口を開設しています。お気軽にご連絡ください。

また、大館市立総合病院で出産予定の妊婦さんは、鹿角市ママサポート119へ登録することができます。登録を希望される方は、保健師との簡単な面談がありますので、事前にご連絡ください。

ママサポート119…出産予定日や母体の状況などを事前に登録することで、緊急搬送を迅速化する事業です。

☎ すこやか子育て課健康づくり班
 ☎ 30・0265

介護保険制度説明会

65歳を迎える方を対象に、毎月説明会を開催しています。

- ◆日時 11月20日 10時～11時
- ◆場所 福祉保健センター 団体活動室

※次の方は参加をご遠慮ください。症状によっては参加をお断りする場合があります。
 ・発熱や咳などの風邪症状がある方や、基礎疾患をお持ちで、感染リスクを心配される方
 ・身近に新型コロナウイルス感染者の感染者や濃厚接触者がいる方
 ・14日以内に感染拡大している地域へ外出された方

☎ あんしん長寿課 高齢者支援班
 ☎ 30・0234

11月の健康教室

どなたでも無料で参加できます。参加希望の方は、市民課国保医療班に前日までに電話でお申し込みください。無料託児を利用される方は、4日前までに子ども未来センター（☎ 30・0855）へ直接お申し込みください。

11月の骨密度測定会 & ナトリウム測定会

右足くるぶしで測定するため、素足になりやすい服装で、ご参加ください。超音波による簡便な方法での測定のため、確定診断ではありません。確定診断や詳しい検査を希望する方は医療機関へお問い合わせください。

- ◆日時 11月10日 13時30分～14時30分
- ◆場所 十和田市民センター

☎ 市民課国保医療班 ☎ 30・0222

認知症サポーター養成講座 地区開催

認知症は誰にでも起こりうる脳の病気です。自分や身近な人が認知症になっても安心して暮らせる市を目指し、正しい知識を身に着けませんか。受講後、認知症サポーターの証である「オレンジリング」を差し上げます。

日にち	時間	場所
11月25日 日	9時30分～11時30分	尾去沢市民センター 2階多目的室
12月2日 日	10時～12時	大湯温泉保養センター 湯都里研修室

◆参加費 無料
 ※申し込みは不要です。

☎ あんしん長寿課 介護予防班
 ☎ 30・0103

「認知症をジブンゴトと考える講演会」を開催しました

10月10日に、「認知症をジブンゴトとして考える講演会」を開催し、認知症に対する備えや高齢者にとって暮らしやすい地域について学びました。

詳しくは、福祉保健センター廊下に掲示していますのでぜひご覧ください。また、講演資料は、あんしん長寿課窓口でお渡しできます。

参加者の感想

「環境が整っていれば認知症は怖くないのかもしれないと思いました。」（70代女性）
 「すぐにでも診察を受けたいと思う。」（80代女性）
 「障がいのある方の生きがいと農業を組み合わせた農福連携、いいですね。」（60代男性）
 「鹿角市でも、ゆっくりと気兼ねなく買物ができるスローショッピングの取り組みが必要。」（60代女性）



☎ あんしん長寿課 介護予防班 ☎ 30・0103

テレフォン病院 24

医師・看護師などが、健康・介護などに関する相談に電話対応します。

年中無休 24時間 通話無料

0120-959-783

きょうでも いつでも ください な や み

体調悪くなった何科に受診？

最近、ずっと寝れない どうしよう。不安...

介護の相談は、どこにするの？

最近、太ってきた。食事どうすればいいの？

予防接種について知りたい

今日の在宅当番医はどこ？

11月の献血車訪問

日にち	受付時間	場所
26日 日	12時15分～13時15分	株柳澤鉄工所
	14時30分～17時	株小板橋建設
27日 金	9時～11時	鹿角地域振興局
	13時～15時30分	福祉保健センター

*輸血患者の副作用軽減につながりますので、400ミリリットル献血にご協力をお願いします。