

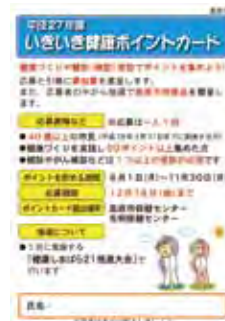
保健センターだより

■市保健センター (☎64-7713)
■有明保健センター (☎68-5335)

「いきいき健康ポイント」をためる期間は11月30日(月)までです

市では、市民皆さんの健康づくりを応援するため、「いきいき健康ポイント事業」を実施しています。各種健(検)診の受診や健康づくり教室などに参加して健康ポイントをためて、健康と特産品を獲得しましょう。

- ▶**対象者** 40歳以上の市民
- ▶**ポイントをためる期間** 11月30日(月)まで
- ▶**ポイントカード提出先** 市保健センター、有明保健センター
- ※ポイントカードを提出した人には、参加賞をお渡しします
- ▶**応募期限** 12月18日(金)まで
- ▶**抽選会** 平成28年1月に開催予定の「健康しまばら21推進大会」で、応募者の中から抽選で市の特産品を贈呈します
- ▶**問い合わせ先** 市保健センター



いきいき健康ポイント事業

「高齢者“芝生で”いきいきワンデー」参加者募集

5
ポイント

長崎大学の中垣内准教授を招いて、歩き方の講義やミニゲームなどを開催します。

健康づくりに正しい歩き方を身につけてみませんか。

- ▶**と き** 11月20日(金)
9時30分～11時30分
(9時受付)
- ▶**ところ** 平成町多目的広場
※雨天時は島原復興アリーナ
- ▶**内 容** 歩き方の講義、ミニゲーム、ウォーキング約2キロメートルなど
- ▶**参加料** 無料
- ▶**持参品** タオル、水分補給の飲み物
※雨天時は体育館シューズを準備してください
- ▶**申し込み・問い合わせ先** 市保健センター



「第31回島原地区 糖尿病のつどい」～糖尿病のお薬について学ぼう～

5
ポイント

糖尿病の治療やお薬、食事のとり方などについて一緒に学んでみませんか。

- ▶**と き** 11月15日(日) 9時～13時
- ▶**ところ** 市保健センター
- ▶**対象者** 糖尿病患者とその家族、糖尿病に関心のある人
- ▶**内 容** 講演「糖尿病とお薬」
(講師 島原薬剤師会 瀬崎誠 先生)
糖尿病食試食会(試食代500円が必要)、糖尿病専門医相談、歯科相談、食事・健康相談など
- ▶**参加料** 無料
- ▶**問い合わせ先** 有明保健センター

～生涯骨太で骨粗しょう症予防～

「生涯骨太フッキング」参加者募集

5
ポイント

骨粗しょう症を予防する食事や生活習慣について、島原市食生活改善推進員と一緒に調理実習をしながら一緒に学んでみませんか。

- ▶**と き** 11月20日(金) 9時30分～13時
- ▶**ところ** 市保健センター
- ▶**対象者** 40歳以上の市民
- ▶**参加料** 無料
- ▶**募集人数** 25人(先着順)
- ▶**募集期間** 11月12日(木)まで
- ▶**申し込み・問い合わせ先** 市保健センター



がんの早期発見のため

「大腸がん検診」を受けましょう

10
ポイント

市では、40歳以上の市民を対象とした大腸がん検診を実施しています。

検査方法は、便を所定の容器にとり、医療機関に提出する負担の少ない検査です。

- ▶**申込期間** 平成28年1月20日(水)まで
- ▶**容器配布場所** 市保健センター、有明保健センター、市内指定医療機関、結核・肺がん検診会場(集団)
- ▶**検査内容** 便潜血反応検査
- ▶**自己負担額** 600円
- ※一定の条件を満たす場合、無料となります
- ▶**問い合わせ先** 市保健センター

11月

休日当番のお医者さん
歯医者さん

※ 10月15日現在の内容です

市内当番医 9時～18時 市内当番診療科目

市外当番医 9時～17時 内科 外科

当番歯科医 9時～12時 小児科 整形外科

日	医療機関	電話番号
1日(日)	かわはら内科胃腸科医院 内 坂上町	62-5413
	いとう整形外科 整 広馬場町	61-0110
	安藤病院 雲仙市吾妻町	38-2152
	キタ忍歯科医院 湊町	63-6711
3日(火)	魚住医院 内 城内一丁目	63-2286
	石橋こどもクリニック 小 新町一丁目	65-0008
	たかお循環器内科 内 桜町	62-6300
	愛野ありあけ病院 雲仙市愛野町	36-0153
8日(日)	植木歯科医院 白山町	62-3765
	坂本内科医院 内 親和町	63-4641
	山口外科胃腸科医院 外 大手原町	62-3200
	松本医院 雲仙市愛野町	36-0053
15日(日)	渡部歯科医院 下川尻町	63-1750
	くすのきクリニック 内 有明町大東	68-5500
	島原整形外科西村クリニック 整 下川尻町	62-0888
	愛野診療所 雲仙市愛野町	36-0009
22日(日)	大田歯科医院 大下町	62-7407
	喜多内科医院 内 弁天町二丁目	62-5101
	土井外科消化器内科医院 外 中町	62-6305
	中村眼科医院 雲仙市愛野町	36-1060
23日(月)	松藤歯科 北安徳町	62-7355
	林内科医院 内 津町	62-6657
	宮田小児科医院 小 上の原二丁目	62-5045
	かわはら内科胃腸科医院 内 坂上町	62-5413
29日(日)	松尾胃腸科外科医院 雲仙市国見町	78-1000
	泉歯科医院 南島原市深江町	72-2066
	しろたに内科クリニック 内 北門町	65-0222
	稲田整形外科医院 整 片町	62-6355
12月6日(日)	梅津医院 雲仙市国見町	78-5156
	前川歯科医院 南島原市深江町	72-2055
	池田病院 内 湖南町	62-5161
	酒井外科胃腸科医院 外 宮の町	62-6655
	本田医院 雲仙市国見町	78-2768
	前川歯科医院 南島原市布津町	72-3117

● 小児の日曜診療所 ●

☎ 63-0202 (受付時間のみ)

※必ず電話受付後、来院をお願いします

- 対象者 中学生以下の小児(内科疾患のみ)
- 診療場所 長崎県島原病院小児科外来室
- 診療時間 土曜日の18:00～日曜日の17:00
- 受付時間 土曜日の17:30～日曜日の16:30

健康テレホンサービス

TEL 0120-555-203
TEL 095-826-5511

11月	月	筋萎縮性側索硬化症(ALS)
	火	腹壁ヘルニア
	水	病児保育の活用法
	木	飛蚊症
	金	注意欠陥多動性障害
	土・日	尿閉～尿が詰まったら～

いきいき健康ポイント対象事業

島原市国民健康保険に加入の40歳から74歳までの皆さん、特定健診は受けましたか？

10ポイント

次の日程で、特定健診(集団)を追加で実施します。また、同時に胸部レントゲン検診も実施します。

いきいき健康ポイントの必須項目になりますので、是非、受診して、健康と特産品を獲得しましょう。

なお、個別健診は、市内指定医療機関で11月30日(月)まで受診できます。

▶ 日程および会場 (受付時間 13時～14時)

日程	会場
11月 6日(金)	安中公民館
11月 9日(月)	白山公民館
11月 10日(火)	市保健センター
11月 11日(水)	森岳公民館
11月 12日(木)	有明保健センター



▶ 健診料 無料

▶ 持参品 島原市国民健康保険証、特定健康診査受診券

▶ 問い合わせ先 有明保健センター (☎ 68-5335)
市保健センター (☎ 64-7713)

特定不妊治療費助成を実施しています

特定不妊治療(体外受精・顕微授精)を受けた夫婦の経済的な負担を軽減するために、治療費の一部を助成しています。

対象者や助成回数、申請方法など詳しくは、市保健センターに問い合わせください。

▶ 対象治療 4月以降に受けた体外受精および顕微授精

▶ 助成金額 特定不妊治療費から県助成金を差し引いた額で1回あたり5万円が限度

▶ 問い合わせ先 市保健センター (☎ 64-7713)

不育治療費助成を実施しています

不育治療を受けた夫婦の経済的な負担を軽減するために、治療費の一部を助成しています。

対象者や助成回数、申請方法など詳しくは、市保健センターに問い合わせください。

▶ 対象治療 4月以降に受けた助成対象医療機関における検査、治療などの費用

▶ 助成金額 不育治療を開始した日から出産(流産、死産等を含む)に伴い治療が終了するまでの期間1回につき10万円が限度

▶ 問い合わせ先 市保健センター (☎ 64-7713)