

健康づくりだより

令和5年1月16日発行

健康づくり課

☎229-3310 FAX 229-3346

保健センターでは、各年代を通して健康づくりができるように、健康相談や健康教室、電話相談を実施しています。お気軽にご利用ください。

保健センター名	問い合わせ	保健センター名	問い合わせ
中央	☎229-3164	安濃	☎268-5800
久居	☎255-8864	香良洲	☎292-4183
河芸	☎245-1212	一志	☎295-0112
芸濃	☎266-2520	白山	☎262-7294
美里	☎279-8128	美杉	☎272-8089

※香良洲・白山・美杉保健センターは、保健師が不在の時があります。

健康相談、栄養相談

保健師、栄養士が健康や栄養に関する相談などにお答えします。

と き 2月27日(月)9時30分～11時

と ころ 白山保健センター

対 象 18歳以上

定 員 先着3人

申し込み 1月23日(月)から同保健センターへ

※上記以外の保健センターでは、予約による健康相談を随時実施しています。希望する人は最寄りの保健センターへお問い合わせください。

離乳食教室(初期)

栄養士が離乳食の作り方の工夫やポイント、とりわけ食などについて紹介します。

と き 2月13日(月)10時～11時

と ころ 芸濃保健センター

対 象 妊婦、離乳食開始前または開始したばかりの乳児を持つ保護者

定 員 先着15人程度 ※初めての人優先

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル

申し込み 1月23日(月)から同保健センターへ

マタニティ倶楽部

と き 2月8日(水)10時～11時45分

と ころ 中央保健センター

内 容 助産師による妊娠中から心がけること、出産についての話

対 象 妊婦とその夫(パートナー)

定 員 先着15組程度

申し込み 1月20日(金)から同保健センターへ

子宮頸がん予防ワクチンについて

子宮頸^{けい}がんは、ヒトパピローマウイルス(HPV)の感染が原因と考えられています。感染を予防するために、ワクチン接種をご検討ください。

令和4年度 公費(無料)接種対象者

平成9年4月2日～平成23年4月1日生まれの子

公費接種対象ワクチン

2価ワクチン(サーバリックス)
または4価ワクチン(ガーダシル)
詳しくは津市ホームページをご覧ください。



HP 津市 子宮頸がん予防接種

今年度の“がん検診”の受診期間は3月まで！

がんは日本人の2人に1人がかかる可能性のある身近な病気です。「生活習慣に気を付けている」「健康だから大丈夫」というあなたもがん検診の対象です。

「がん検診で、もしがんが見つかったら怖い」という不安もあるかもしれません。しかし、がん検診の目的は早期にがんを発見し、早すぎる死を防ぐことです。早期発見できると治療方法の選択肢が増え、治る可能性が高まります。

がん検診を受けるための約1時間が、あなたの未来の健康と安心につながります。また、がん検

診をきっかけに自身の生活習慣を見直し、これからも健康に過ごせるように、がん予防を考えてみましょう。

HP 科学的根拠に基づくがん予防

精密検査を受けるまでが、がん検診です

がん検診の結果、要精密検査となった場合は精密検査が必要です。

せっかく受けたがん検診を無駄にしないために、必ず医療機関で詳しい検査などを受けましょう。



津市のがん検診