

7月28日は日本肝炎デー  
7月23日～29日は肝臓週間

## B型・C型肝炎 ウイルス検査を無料で実施

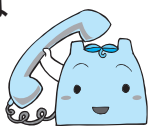
市保健所ではB型・C型肝炎のウイルス検査を無料で実施しています。自覚症状が出にくいウイルス性肝炎の早期発見のために、ぜひ一度検査を受けましょう。

**対象**▶今まで職場の健診や人間ドックなどで、検査を受けたことがないかた

**受診機関**▶八橋の市保健所(毎月第2水曜日)または市内医療機関(122か所)

**申し込み** 健康管理課 ☎(883)1180

## 医療に関する疑問や不安は 秋田市医療安全支援 センターへご相談を



市保健所では、安心して医療を受けられる環境づくりを進めるため「秋田市医療安全支援センター」で医療安全に関する相談受付、情報提供を行っています。平成23年度は118件の相談があり、おもな相談内容は下記のとおりでした。

相談はご本人のほか、家族、友人からも受け付けます。お気軽にご利用ください。

### おもな相談内容(平成23年度)

- ◆健康や病気に関すること 76件
- ◆医療行為・内容に関すること 10件
- ◆医療従事者の待遇に関すること 4件
- ◆医療事故・過誤に関すること 1件
- ◆医療機関施設の衛生・感染に関すること 3件
- ◆医療費に関すること 3件
- ◆医療機関の施設紹介や案内 5件
- ◆その他 16件

### こんなときはご相談を

- 治療について十分な説明がなく不安だ
- 医療器具が清潔でない
- 無資格者が医療行為を行っているようだ
- どこに相談すればいいかわからない など

▶次の相談はお受けできません。

医師の診断や治療内容の是非、過失の有無、医療機関と患者との医療事故や医療費のトラブル、病状に応じた特定の医療機関の紹介 など

### 相談・問い合わせ

秋田市医療安全支援センター  
(八橋南一丁目8-3 市保健所1階)  
平日の午前9時～正午、午後1時～4時  
相談専用電話 ☎(883)1229

\* 面接相談は事前予約が必要です。



知って  
役立つ

## メタバ事情

なか お腹まわりにご用心!

お腹まわりが気になり始めたかた、それは内臓脂肪のせいかも…。内臓脂肪が増え過ぎると、そこからさまざまな悪玉物質が出て高血圧や高血糖、脂質異常を引き起こし、動脈硬化を進める危険性があります。

動脈硬化は気づかぬうちに進行し、脳梗塞や心筋梗塞などの重大な病気につながります。血液検査で内臓脂肪による影響がないかを確認し、病気の予防に努めましょう。

### 健診を受けて健康状態のチェックを!

秋田市国民健康保険の「特定健診(40歳以上)」と後期高齢者医療制度の「健康診査」は無料で受けることができます。対象者には受診券をお送りしています。通院中のかたも受診できますので主治医と相談のうえご利用ください。

保険証と受診券を持って、市内の受託医療機関または日曜健診(川尻町字大川反の中央健診センターで月1回実施)で受診してください。詳しくは特定健診課へお問い合わせください。☎(866)8903

最近ズボンが  
きついな…

去年より  
体重が増えた…



\* 書の本枠の中を記入して当口検診車にお持ちください(秋田  
市健康カードをお持ちのかたは「健康カード番号」を記入)

## ①30平成 ③24年度 胸部検診受診票

フリガナ	氏名	性別	⑩ 受診日	⑤ 実施主体
	秋田市	男・女	H24年 月 日	(99201) 秋田市
住所	秋田市	③③ X 線番号	③⑨ 喀痰番号	
電話番号	—	②⑥ 生年月日	①⑥ 健康カード番号(持ちのかた)	
④⑤ 内訳	⑤① 年齢	⑤② 結核 65歳以上	⑤③ 肺がん(64歳以下)	⑤④ 呼吸器 細気管支炎
⑤⑤ 喫煙 1 喫煙 2 非喫煙	⑤⑥ 喫煙 1 喫煙 2 非喫煙	⑤⑦ 喫煙 1 喫煙 2 非喫煙	⑤⑧ 喫煙 1 喫煙 2 非喫煙	⑤⑨ 喫煙 1 喫煙 2 非喫煙

1. タバコを吸いますか  
◆ そのとき異常があったといわれましたか  
⑤② 1 現在吸っている } 1日の本数 ⑤③  
2 過去吸っていた } ⑤④ 本・何年吸っていますか ⑤⑤  
3 吸ったことがない } ⑤⑥ 喫煙開始年 ⑤⑦  
2. 最近6か月以内に血たんがりましたか ⑤⑧ 2 ある 1 ない ⑤⑨  
⑤⑩ 喫煙指数 (⑤⑪×⑤⑫)

⑤⑬ 今年受けられないかたは下記の該当する番号に○印をして検診車にお届けください(代理人可)。  
1 病院等で胸部検診を受けた 2 妊娠している

きりとりせん

\* 受診票は広報あきた5月18日号にも掲載しています。

特定健診課 ☎(866)8903

# 育児

## 子ども健康課の催し

**離乳食教室** 生後4か月～11か月の親子が対象です。離乳食の進め方、食品の調理法など。お子さんも一緒にどうぞ。受講無料。筆記用具、母子健康手帳、おしぼり、バスタオルを持って直接会場へ。

**日時**▶8月9日(木)13:30～15:30  
**会場**▶河辺総合福祉交流センター  
**問**▶子ども健康課☎(883)1175

### 2人でTry! パパ・ママれっすん

開催日に妊娠16～35週の妊婦さんとパートナーが対象。赤ちゃんのお風呂の入れ方体験、助産師の講話など。無料。定員36組(抽選)。

**日時**▶8月25日(土)13:00～15:40  
**会場**▶市保健センター(八橋)

**申込**▶往復はがき、または封書(返信用のはがきを同封)で、往信用に、住所、2人の氏名(ふりがな)・年齢・生年月日、電話番号、8月25日時点での妊娠週数、出産予定日を、返信用に住所、氏名を書いて、8月6日(月)(必着)まで、〒010-0976八橋南一丁目8-3

子ども健康課☎(883)1174

## 地域で育児!

料金の記載がないものは無料。直接会場へ。( )内はお子さんの対象年齢、「問」は問い合わせ先。主任児童委員は各地区のみなさんです。

**すこやか広面**(0歳～5歳)▶7月23日(月)10:00～11:30、広面児童館で。保険料50円。問…主任児

童委員の佐々木さん☎(832)2172  
**あおぞらキッズ**(就学前)▶7月29日(日)10:00～11:30、外旭川児童センターで。問…主任児童委員の栗山さん☎(868)3688

**すすくサロン “きしゃぼっぽ”**(就園前)▶8月1日(水)10:00～11:30、南部公民館で。問…南部公民館☎(832)2457

## 保育園で遊ぼう!

申し込みが必要ない場合は直接会場へ。持ち物など詳しくは各園へ。

**勝平保育園**☎(823)4520▶0歳～5歳の親子が対象です。7月25日(水)9:45～11:00。プール遊び

**こまどり幼稚園附属保育園(横森)**☎(834)8130▶1歳～2歳の親子が対象です。8月1日(水)9:45～11:00。定員12組。要申込

**日新保育園**☎(828)3211▶0歳～5歳の親子が対象です。8月2日(木)9:45～11:00。プール遊び

## 育児イベントいろいろ

**親子料理教室** 5歳～小学生の親子が対象です。そうめん、フルーツポンチ作り。参加費1組500円。**日時**▶8月4日(土)10:00～13:00  
**会場**▶東部ガス(楢山) **定員**▶6組  
**申込**▶NPO法人子育て応援Seed ☎(833)8104

**初めての沐浴** これから赤ちゃんのお世話をするかたが対象です。**日時**▶8月7日(火)10:30～12:00  
**会場**▶ひよっこサロン(南通)  
**先着**▶6人 **参加費**▶500円  
**申込**▶7月23日(月)10:00から、NPO法人子育て・高齢者介護サポートばっけの会☎(834)4733



## 夏休みを利用して

# 予防接種を受けましょう



**問** 健康管理課☎(883)1179

いずれも接種は無料です(期間を過ぎると有料)。接種期間や受託医療機関は5月に幼稚園や学校などから配布、または個別に郵送されたお知らせでご確認ください。

### ●麻しん・風しんの予防接種

- 第1期**▶1歳児  
**第2期**▶小学校就学前の1年間(年長児)  
**第3期**▶H11.4.2～H12.4.1生まれ  
**第4期**▶H6.4.2～H7.4.1生まれ

麻しんにかかると肺炎や脳炎を引き起こすことがあります。また感染力が強いため、予防接種をしてお子さんと周囲への感染を防ぎましょう。麻しん・風しん1期のかたは母子健康手帳別冊の医療機関名簿を参考に2歳の誕生日の前々日までに接種してください。

### ●ジフテリア、破傷風の予防接種

**対象** 小学6年生(11歳～12歳)

乳幼児期に接種した三種混合ワクチンの免疫力が低下してくるため、追加接種で免疫力を高めましょう。

### ●子宮頸がんの予防ワクチン接種

**対象** 中学1年生(13歳相当)～高校1年生(16歳相当)の女子

ワクチンは3回接種するので、来年3月31日までの実施期間内に接種を完了するには、遅くとも9月までに接種を開始してください。接種は無料。

※高校2年生(17歳相当)で今年の3月31日までに1回以上接種を受けたかたは、残りの回数を無料で接種できます。

## 親子で遊ぼう!

- 参加無料
- 直接会場へどうぞ



会場	催し(対象)	内容	日時
子ども未来センター(アルヴェ5階)☎(887)5340	つくっチャオ(就学前)	「紙コップdelいないないばー」作り	7/26(木)10:30～11:00
西部市民サービスセンター☎(826)9007	おもいつきりあそぶday(就学前)	元気に踊ろう! *1階ホールで実施	7/31(火)10:00～12:00
河辺市民サービスセンター☎(882)5146	広いところで遊ぼうDAY(就学前)	遊具遊びや3B体操 *3階ホールで実施	8/7(火)10:00～12:00
雄和市民サービスセンター☎(886)5530	おもちゃのチャチャチャ(就学前)	大型絵本でお話を楽しもう	7/31(火)10:30～10:50
フォンテ文庫(フォンテ6階)☎(893)6167	わらべうた(0歳～3歳)	わらべ歌、絵本の読み聞かせ	7/24(火)11:00～11:30
雄和図書館☎(886)2853	おはなし会(幼児～小学3年向け)	小学4年～6年生が読み聞かせ	7/28(土)11:30～12:00