



間もなく終了！

# 乳がん検診を お忘れなく！

平成23年度の乳がん検診が間もなく終了します。対象のかたで、まだ受診していないかたはぜひ受診してください(今年度対象のかたは来年度は対象になりません)。検診料金など詳しくは、市保健所保健予防課へお問い合わせください。

問い合わせ 市保健所保健予防課 ☎(883)1176

対象

- ① 3月31日時点の年齢が40歳以上で偶数歳の女性
- ② 無料クーポン券をお持ちのかた(右表参照)

会場と日時

■マンモグラフィ撮影(視触診検査を2月29日(水)までに医療機関で受診)

秋田県総合保健センター(千秋久保田町)▶2月10日(金)

申し込み 市保健所保健予防課 ☎(883)1176

■マンモグラフィ撮影と視触診検査(同日に受診)

中央健診センター(川尻町字大川反)▶2月8日(水)(受付時間:午後1時30分~2時30分)、2月17日(金)・22日(水)(受付時間:午後1時~2時)

申し込み 市保健所保健予防課 ☎(883)1176

市立秋田総合病院▶3月19日(月)まで

申し込み 市立秋田総合病院 ☎(867)7489(平日の午後1時~3時)

無料クーポン券の配布対象者

年齢	生年月日
40歳	S45.4.2~S46.4.1
45歳	S40.4.2~S41.4.1
50歳	S35.4.2~S36.4.1
55歳	S30.4.2~S31.4.1
60歳	S25.4.2~S26.4.1

\*クーポン券をなくした場合は再発行します。また、秋田市に転入したかたも対象となりますので、保健予防課へご連絡ください。☎(883)1176



## 健康

### はつらつ情報



#### しょうしゃ きょうしつ 障がい者スポーツ教室

身体・知的・精神障がいがあるかたが対象。時間は午前10時~11時30分。会場は秋田県勤労身体障害者スポーツセンター(新屋下川原町)。参加無料。申し込み方法など、詳しくは秋田県障害者スポーツ協会へ。

☎(864)2750 ファクス(874)9467  
2月6日(月)=楽しく吹き矢  
3月5日(月)=ふうせんバレーボール

#### しほけんじょ しよくせいかつけんこうそうだん 市保健所の食生活健康相談

肥満、高血圧、糖尿病のかたなどの食事について、栄養士が個別に相談に応じます。参加無料。

日時/2月27日(月)午前9時~午後2時30分 会場/市保健センター(八橋南一丁目) 定員/先着5人  
●申し込み 2月7日(火)午前8時30分から保健予防課 ☎(883)1178

#### しりつあきた そうごうびょういん きょうしつ 市立秋田総合病院の教室

会場は市立病院2階講堂。参加無料。直接会場へどうぞ。駐車場の無料スタンプを押します。詳しくは、市立秋田総合病院へ。☎(823)4171

肝臓教室 C型肝炎のインターフェロン治療や肝硬変のかたの食事をテ

ーマに医師と管理栄養士が話します。日時/2月7日(火)午後1時30分~2時40分

緩和ケア教室 「がん化学療法の最近の動向」をテーマに医師が話します。日時/2月16日(木)午後1時30分~2時30分

呼吸教室 「わが国における結核の現状」をテーマに医師が話します。日時/2月23日(木)午後1時~1時30分

#### せいしんしょうしゃ かぞくこうりゅうかい 精神障がい者の家族交流会

精神障がい者のご家族などが対象です。日頃の悩みを話し合い、交流しませんか。参加無料。直接会場へ。

日時/2月8日(水)午後1時30分~4時 会場/心身障害者センター3階A会議室(旭北栄町の秋田県社会福祉会館内)

●問い合わせ NPO法人秋田けやき会の石川さん ☎(845)1677

#### じんぞうびょう かんが つど 腎臓病を考える集い

「腎臓病と高血圧について」と題して秋田大学附属病院助教の奥山慎さんが話します。無料。直接会場へ。

日時/2月12日(日)午前10時~正午 会場/心身障害者センター3階A・B会議室(旭北栄町の秋田県社会福祉会館内)

●問い合わせ 秋田県腎臓病患者連絡協議会 ☎(863)6210

#### 太平山スキー場

### オーパスに集まれ

#### ★オーパスチッコデー

2月5日(日)・19日(日)  
午前11時30分~正午

雪上障害物競走や宝探しなど。参加無料。直接会場へどうぞ。

#### ★スキー&スノーボード 無料ワンポイントレッスン

2月5日(日)・12日(日)・26日(日)  
午前9時~9時30分

3歳~小学6年生の初心者対象。スキーとスノボの脱着、歩行、簡単な滑走などを指導。無料(用具レンタルは有料)。先着各20人。申し込みは、当日午前8時30分からオーパスのインフォメーションカウンターへ。

#### ★スキー子どもの日

小学生以下の1日リフト券(1,000円)を半額の500円に割引します!

開催日▶2月19日(日)

※各催しは天候や積雪状況などにより実施できない場合があります。

問い合わせ 太平山スキー場オーパス ☎(827)2221

\*スペースの都合などにより「健康はつらつ情報」に掲載依頼があったものすべてを掲載できない場合があります。ご了承ください。



# ポリオ 予防接種

★ポリオ…「小児マヒ」とも呼ばれ、ポリオウイルスによっておもに手足に麻痺(まひ)を起こす病気です。国内での感染は報告されていませんが、インド、アフリカなどでは現在も流行しています。これらの地域で日本人が感染する可能性があるため、予防接種を受けておくことが大切です。

ポリオワクチンは生後3か月から7歳6か月までの間に41日以上の間隔をおいて2回飲んで完了します。医師の診察もありますので、必ず保護者がお連れください。投与を受ける場合は保護者の署名が必要です。

また、市でお配りした「予防接種と子どもの健康」をお持ちのかたは、それを読んでからお越しください。ワクチン投与前後30分間は飲食しないでください。

## 用意する物▶母子健康手帳、ポリオ予診票

\* 予診票は母子健康手帳別冊に折り込んであります。受診当日に記入し、別冊から切り離してお持ちください。予診票をお持ちでないかたには当日会場でさしあげます。

## 受付時間▶午後1時30分～2時15分

会場	月日	対象地区
市保健センター(八橋)	2/28(火)	檀山 牛島 桜 桜が丘 桜台 大平台 山手台
	2/29(水)	山王 茨島 大町 旭南 旭北 川元 川尻 卸町
	3/9(金)	千秋 手形 手形山 広面 横森 柳田 外旭川
	3/14(水)	保戸野 高陽 中通 南通 東通 寺内 太平 仁別 山内
	3/15(木)	八橋 将軍野
	3/23(金)	泉 旭川 新藤田 濁川 添川 下北手 上北手
	3/27(火)	各会場で受けることができなかったかた
アルヴェ4階	3/2(金)	秋田駅周辺 *アルヴェの駐車場は有料です。
北部市民サービスセンター	3/7(水)	飯島 下新城 上新城 金足 外旭川
	3/22(木)	土崎港 港北 将軍野
西部市民サービスセンター	3/6(火)	新屋北部(勝平小学区)
	3/16(金)	新屋南部(日新小学区) 浜田 豊岩 下浜
御野場地域センター	2/24(金)	御野場 御所野 四ツ小屋
	3/1(木)	仁井田 大住
河辺総合福祉交流センター	3/8(木)	河辺
雄和市民サービスセンター	3/13(火)	雄和

\* できるだけ各地区の指定日に受けるようお願いします。病気など、やむを得ない場合は他会場で受けてください。

受けられないお子さん

- 熱がある ● 下痢をしている
  - 重い急性疾患にかかっている ● 予防接種でアナフィラキシー(※)を起こしたことがある
  - その他、医師が不適当と判断した場合
- ※通常接種後30分以内に起こるひどいアレルギー反応。発汗、顔の腫れ、じんま疹、吐き気などの症状に続き、ショック状態になるような激しい全身反応。

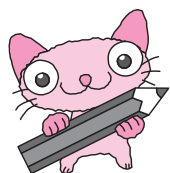
医師と相談が必要なお子さん

- 次のいずれかに該当するお子さんは、予診する医師の参考として診断書が必要な場合があります。あらかじめ主治医とご相談ください。
- 心臓病・腎臓病・肝臓病・血液の病気・発育障がいなどで治療や指導を受けている
  - 何らかの予防接種後2日以内に発熱・発疹・じんま疹など、アレルギーを思わせる異常があった
  - 予防接種の接種液成分(抗生物質、安定剤に使うゼラチン)に対してアレルギーがあるとされたことがある
  - けいれん(ひきつけ)を起こしたことがある
  - 免疫不全の診断されたことがある。または近親者に先天性免疫不全症のかたがいる

ほかの予防接種との間隔

- ▶ 生後3か月～6か月未満でBCG未接種のお子さん…先にBCGの接種を受けてから、27日以上の間隔をあけてポリオを受けてください
- ▶ 三種混合・B型肝炎・日本脳炎・インフルエンザ、ヒブ(Hib)、小児用肺炎球菌の予防接種を受けたお子さん…6日以上の間隔をあけてください
- ▶ BCG・麻しん風しん・水痘・おたふくかぜの予防接種を受けたお子さん…27日以上の間隔をあけてください
- ▶ 今回、ポリオ予防接種を受けるお子さん…接種後、ほかの予防接種まで27日以上の間隔をあけてください
- ▶ 1歳以上で2回目のポリオ予防接種を受けるお子さん…先に「麻しん風しんワクチン」を受け、27日以上の間隔をあけてからポリオ予防接種を受けてください

問い合わせ 市保健所健康管理課 ☎(883)1179



## ネコの飼い方教室

2月19日(日) 午前10時～11時30分  
市保健所大会議室(八橋) 受講無料

「動物病院から見たネコとのつきあい方」をテーマに獣医師が話します。なお、ネコの同伴はできません。定員40人(抽選。抽選結果は2月14日(火)以降にお知らせします)。

問い合わせ 市保健所衛生検査課 ☎(883)1182

★はがきでお申し込みを!  
(2月13日(月)必着)

はがき表

〒010-0976  
衛生検査課  
ネコの飼い方教室  
係

秋田市保健所  
八橋南二丁目8-3

はがき裏

①住所  
②氏名(ふりがな)  
③電話番号  
④参加希望人数  
飼いネコの  
⑤種類 ⑥性別  
⑦年齢(月齢)  
⑧相談や困り事