

## 日曜日に集団健診を受けることができます

申込先 健康推進課 内線2384

今年度も、日曜日に集団健診を実施します。「日曜日であれば健診を受診できる」「健診予定日に受診できなかった」などの理由で今年度まだ健診を受けていない方は、この機会に電話でお申し込みの上、受診してください。

健診日…12月8日(日)  
場所…生き生きセンター  
受付時間…7:00～9:00  
\*乳・子宮頸がん検診は13:00まで受付  
申込締切…11月15日(金)  
\*定員になり次第、締め切らせていただきます。

### 受診可能な検診

種類	対象者
特定健康診査	①40歳以上の五所川原市国民健康保険加入者 ②40歳～74歳の生活保護受給者世帯の方
健康診査	①後期高齢者医療被保険者 ②75歳以上の生活保護受給者世帯の方
肺がん検診	40歳以上の男女 *肺がん検診は60歳以上無料
胃がん検診	
大腸がん検診	
子宮頸がん検診	20歳以上の女性で、昨年度、市の子宮頸がん検診を受診していない方 *20歳～39歳無料
乳がん検診	40歳以上の女性で、昨年度、市の乳がん検診を受診していない方 *今年度40歳無料 過去に肝炎ウイルス検診を受けたことがなく、下記①または②に該当する方
肝炎ウイルス検診	①今年度40、45、50、55、60、65、70歳の方 ②上記以外の希望者（集団健診で特定健康診査・健康診査を受ける方が対象）

## 高齢者インフルエンザ予防接種の接種費用を助成します

問 健康推進課  
内線2375

実施期間…12月31日(火)まで（病院の診療日のみ）  
対象者…接種日に次の①または②にあてはまる方  
①65歳以上（直接医療機関へ予約をしてください。予診票は医療機関にあります）  
②60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓または呼吸器の機能または免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有する方（該当者へ、9月末に予診票を個別通知します）

接種回数 1回

**自己負担額 1,000円**

\*上記以外の費用は市で負担します

### 接種時に必要なもの

▷接種費用1,000円もしくは接種費用自己負担非徴収証明書

▷生年月日・住所がわかるもの（健康保険証や免許証など）

指定医療機関…指定医療機関については、広報ごしよがわら令和元年10月号25ページまたは市ホームページ (<http://www.city.goshogawara.lg.jp/kenkou/kenkou/2019-0930-1518-617.html>) に掲載していますので、そちらをご確認ください。

\*指定医療機関以外の医療機関で長期入院・施設入所中の方は、健康推進課までお問い合わせください。

### 自己負担額が免除となる方（生活保護世帯・市民税非課税世帯）へ

接種費用自己負担非徴収証明書（水色のはがき）を送付しています。接種時に指定医療機関へ持参することで、無料で接種できます。持参しなかった場合、無料で接種できませんので、ご注意ください。詳しくは、健康推進課までお問い合わせください。

## いきいき教室（介護予防教室）

申込先 地域包括支援センター 内線2463

高齢者の健康づくりのための楽しい教室です。新しいこと、苦手なことにチャレンジしてみることが若さを保つ秘訣です。皆さんのご参加をお待ちしています。

対象…要介護認定を受けていない65歳以上の市民の方  
参加費…無料

日時・場所（受付はそれぞれ9:45～、13:15～）

▷11月13日(水) インド式「健康ヨガ」で幸せな老後  
コミュニティセンター栄 10:00～11:30  
生き生きセンター 13:30～15:00

▷11月20日(水) 認知症予防に効果あり～アロマテラピーで脳活性化～  
金木公民館 10:00～11:30  
保健センター市浦 13:30～15:00

▷11月26日(火) 認知症予防に効果あり～アロマテラピーで脳活性化～  
コミュニティセンター栄 10:00～11:30  
生き生きセンター 13:30～15:00

▷11月26日(火) 認知症予防に効果あり～アロマテラピーで脳活性化～  
コミュニティセンター栄 10:00～11:30  
生き生きセンター 13:30～15:00

申込み…開催日の3日前までにお申し込みください。