

## 胃がん検診

今年度まだ胃がん検診を受けていないかたは、ぜひ受診してください。  
※検診日や会場は「保健ガイド」6ページをご覧ください。

### 対象

今年度中に40歳以上になるかた  
(昭和48年3月31日以前に生まれたかた)

### 持ち物

健康手帳、自己負担金(1000円)

### 検診方法

胃部レントゲン撮影検査

## 肝炎ウイルス検診

肝炎ウイルス検診は、B型・C型の肝炎ウイルスに感染しているかを血液検査で調べるものです。

どちらも自覚症状が少ない場合が多く、進行するまで気付かないこともあります。慢性肝炎の一部は肝硬変や肝臓がんにつながるため、感染しているかどうか確認しておくことが大切です。

### と き

10月13日(土)、14日(日)、15日(月)  
8時～9時

### と ころ

保健センター

### 対 象

今年度中に41歳以上になるかたで、過去に肝炎ウイルス検診を受診して

ないかた(今年度中に45・50・55・60歳になるかたを除く)

### 自己負担金

C型肝炎ウイルス検査 700円  
B型肝炎ウイルス検査 200円  
C型+B型肝炎検査 800円

### 申込方法

電話でお申し込みください。後日、必要な書類を郵送します。

### 申込期間

9月10日(月)～14日(金)  
8時30分～17時

## 不活化ポリオ予防接種

今月から、定期予防接種の「不活化ポリオ予防接種」が始まりました。

### 対 象

生後3カ月～90カ月  
(90カ月目の誕生日前日まで)

### 受 け 方

20日～56日の間隔で初回接種3回、初回接種の3回目終了12～18カ月後に追加接種を1回  
※生ワクチンを1回接種しているかたは、残り3回を不活化ワクチンで接種します。また、現時点では、追加接種を定期予防接種として受けることはできません。

### 実施医療機関

石田内科医院、石田脳神経外科クリニック、石塚医院、石母田耳鼻咽喉科医院、梅内小児科クリニック、くどう小児科医院、小松内科胃腸科医

院、根田内科医院、佐々木小児科医院、佐々木内科医院、市立総合病院、たかせ内科、常盤医院、西大館病院、ファミリークリニック千田、ふじた耳鼻咽喉科クリニック、山内耳鼻咽喉科、北秋田市市民病院(北秋田市)、佐々木産婦人科医院(北秋田市)  
※実施曜日や受付時間については「保健ガイド」15ページをご覧ください。  
9月、10月に予定していた「ポリオ集団予防接種」は中止しますので、ご注意ください。

## あなたの町内で、学習会を開催しませんか

家族や友人との関わり方などの参考になる講演を行います。

### 講 演

心の病気について悩んでいるかたへの対応

### 講 師

武内佳苗氏  
(総合病院 臨床心理士)

### と き

10月～25年3月の土曜日  
※町内と相談して決定。

### 募集町内

4町内(先着)

### 申込期間

9月5日(水)～25日(火)

### 申込方法

電話でお申し込みください

「効果的なエネルギー消費を  
実感できるウォーキング」

申し込み・参加費は不要です。歩きやすい履物と動きやすい服装でご参加ください。



と き 9月14日(金)10時～11時30分  
と ころ 樹海体育館  
持 ち 物 室内用運動靴、タオル、飲み物、帽子

## エクササイズ講座

「エクササイズ初級編」

ボクシングの動作を取り入れた全身運動を体験してみませんか。申し込み・参加費は不要です。

### と き

10月3日(水)19時～20時30分

### と ころ

樹海体育館

### 持 ち 物

室内用運動靴、タオル、飲み物

### 講 師

浅利 ゆみ氏

## ヘルシークッキング講座

気になるコレステロールについて  
「正しく知ろう」

コレステロールについて詳しく学び、食生活の基本を身につけましょう。

### と き

10月2日(火)9時30分～13時  
10月3日(水)9時30分～13時

※どちらか1日を選んでください。

### と ころ

保健センター

### 内 容

栄養士による栄養講話、調理実習、塩分チェック(家庭で飲んでいる味噌汁の塩分測定)

エプロン、味噌汁の汁を少量(塩分測定用)

### 持 ち 物

無料

### 参 加 費

各24人(先着)  
9月10日(月) 8時30分