

お知らせ

トピックス

ラウンジ

りぶらん

シリーズ

子育て

保健

情報館

コトバ

高齢者サロン

休日当番医・無料相談ほか

市長の手控え帖

子宮頸がん・骨粗しょう症検診(集団検診)

子宮頸がんは、20歳から30歳代までの若い世代に急増し、生命の危険性だけでなく、妊娠や出産の可能性までも奪ってしまう、人生に大きな影響を及ぼす病気です。早期発見のため、定期的に検診を受けましょう。

また、骨粗しょう症は、骨に含まれるカルシウムが減り、骨がもろくなる病気です。検診で骨密度を確認し、予防に努めましょう。



- **対象者**
2020年3月31日までに、次の該当年齢に到達する方
- ▷ **子宮頸がん検診**
20歳以上の女性で、昨年度集団・個別検診を受診していない方（妊婦健診での受診も含む）
- ▷ **骨粗しょう症検診**
40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の女性
- **申込方法**
過去3年間に子宮頸がん集団検診を受診した方と、骨粗しょう症検診該当年齢の方には、受診録を送付します（白河地域の方の受診録は7月頃送付予定）。初めて受診を希望する方は、健康増進課にお申し込みください。
- **会場・検診日・受付時間**
- ▷ **表郷地域**／表郷保健センター（表郷金山）
5月13日(月)／午前9時～10時
5月24日(金)／午後1時15分～2時
- ▷ **大信地域**／大信保健センター（大信町屋）
5月24日(金)／午前9時～10時
6月10日(月)／午後1時15分～2時
- ▷ **東地域**／東保健センター（東上野出島）
5月13日(月)／午後1時15分～2時
6月10日(月)／午前9時～10時
- 【健康マイレージ対象】 200ポイント

高齢者肺炎球菌ワクチン接種

今年度、高齢者肺炎球菌ワクチン無料接種の対象となる方に、接種券を送付しています。ただし、過去に肺炎球菌ワクチンを受けたことがある方は、接種券が届いても対象外となります。

- **接種期間** 2020年3月31日(火)まで
- **接種方法** 指定医療機関に予約のうえ、期間内に接種してください。
- **持参物** 接種券・保険証

AED（自動体外式除細動器）の貸し出し

心肺停止患者の救命活動に備え、AEDを無料で貸し出します。

- **対象** 市内にお住まいの方、または市内に活動拠点を置く団体などが行う各種イベント（市が後援する行事や非営利の行事）
- **貸出条件** 医療従事者、救急救命士またはAEDの救命講習を終了した方がいること
- **申込方法** 申込書に必要事項を記入のうえ、貸し出し希望日の7日前までに健康増進課にお申し込みください。申請書は市ホームページからも取得できます。



白河いきいき健康マイレージ参加者募集

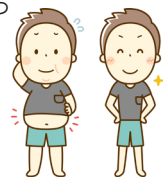
楽しく健康づくりに取り組みながらポイントを集め、最大3,500円相当の図書カードや施設利用券と交換できます。さらに「ふくしま健民カード」がもらえ、協力店での特典が受けられます。

- **対象** 満18歳以上の方（高校生は除く）
- **申込期間** 12月26日(木)まで
- **申込先** 健康増進課 ☎2114

ダイエットにチャレンジ！

3か月で3kgの減量に挑戦しましょう！

- **対象者** 18歳（高校生は除く）から74歳でBMI24以上の方
- **申込期間** 11月29日(金)まで
- **申込先** 健康増進課 ☎2114
- 【健康マイレージ対象】
減量できた方は300ポイント
3kg減量できた方は1,000ポイント



5月のいきいき健康チャレンジ相談会

実施日	時間	会場	対象年齢
8日(水)	9:30～	東保健センター	40歳以上
14日(火)	13:30～	アナビススポーツプラザ	40～70歳
17日(金)	9:30～	表郷保健センター	40歳以上
20日(月)	13:30～	中央保健センター	75歳以上
22日(水)	9:30～	大信保健センター	40歳以上

【健康マイレージ対象】 200ポイント