

## 集団健診を受診できない方へ

10月から11月にかけて県内で実施する集団健診を受診できない方は、別日程で、相馬郡・福島市・郡山市・いわき市の医療機関で個別健(検)診を実施する予定ですので、お問合せください。

### 実施期間および実施項目

医療機関	実施期間	実施項目
相馬郡	10月～12月	健康診査、胃がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診、肺がん検診、肝炎ウイルス検査
福島市	11月～12月	
郡山市・いわき市	平成31年2月	胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診

集団健診の受診録は使用できません。個別健(検)診の受診録を郵送しますので、受診を希望する方は、**事前**にご連絡ください。

## 県外にお住まいの方の健診を実施しています

町が委託する公益財団法人結核予防会が県外での健診を実施しています。結核予防会から案内を送付していますので、委託医療機関一覧を確認し、早めに受診してください。

▷予約期間 平成30年12月28日(金)まで

▷健診実施期間 平成31年1月31日(木)まで

## 浪江町健康ポイント事業が始まります

健康づくりに取り組むためのきっかけとして、「浪江町健康ポイント事業」を実施します。

総合健診の受診や、毎日の健康行動を記録することでポイントがたまる仕組みです。ポイントをためて窓口へ申請すると、「ふくしま健民カード」が交付されます。県内の協力店でカードを提示すると、様々なサービスを受けることができます。また、町からささやかなプレゼントをお贈りします。

### 対象者

- 18歳以上の浪江町民(高校生を除く)
- 浪江町内の事業所にお勤めの方

### 実施期間

平成30年10月1日(月)～平成31年3月1日(金)

### 参加方法

- ①役場本庁舎、二本松事務所または各出張所に備付けの記入台紙を入手してください。
- ②「毎日の健康行動」「健康教室等に参加」などの健康づくりメニューに取り組みましょう。
- ③ポイントの合計が3,000ポイントに達したら、役場本庁舎、二本松事務所または各出張所に記入台紙を提出してください。「ふくしま健民カード」を発行するほか、カードのポイントにより、特典が受けられます。

※協力店等は福島県のホームページで確認できます。



広げよう  
ママ友の輪

## 10月と11月の かもめっ子クラブ

- ◆いわき市 10月 4日(木) 10時～ なみえ交流館  
11月 1日(木) 10時～ なみえ交流館
- ◆郡山市 10月11日(木) 10時～ コスモスふれあいセンター  
11月 8日(木) 10時～ コスモスふれあいセンター
- ◆南相馬市 10月18日(木) 10時～ 高平生涯学習センター  
11月15日(木) 10時～ 高平生涯学習センター

## 高齢者等 インフルエンザ 予防接種



インフルエンザは、毎年秋から春先にかけて流行する感染症です。

インフルエンザワクチンの接種は、免疫力が低下している高齢者にとって、ウイルスに感染しにくくしたり、感染した場合に重症化を防いだりする効果が期待できます。

接種を希望する方は医療機関で接種してください。  
※予防接種を受ける法律上の義務はありません。

### 対象者

接種日時時点で浪江町に住所を有する

- ①65歳以上の方
  - ②60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に障がいはたはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障がいのある方(身体障害者手帳1級に相当する程度の障がい)
- ※年齢の基準は、接種日時点となります。

### 接種期間

10月15日～12月31日(接種できる日は、各医療機関にお問合せください)

## 子宮がん(頸がん)検診を受けましょう

10月から県内(いわき市を除く)での子宮がん(頸がん)検診が始まります。

子宮頸がんは、20歳～30歳代の女性が発症するがんの中で一番多いがんです。女性の命はもちろん、妊娠や出産の可能性まで奪い、生活や人生に大きな影響を及ぼす病気ですが、定期的な検診によって発症する前に発見できる病気でもあります。

### 対象者

浪江町に住所を有する20歳以上の女性  
※県内(いわき市を除く)に避難登録のある対象の方に案内を送付しています。

### 実施期間

10月1日～12月31日  
※相馬郡の医療機関は12月21日まで  
※福島市内の医療機関は11月1日～12月31日



健康保険課健康係 ☎0240(34)0249  
☎0243(62)0168

### 接種方法

#### ●県内にお住まいの方

直接医療機関に予約し、窓口負担なしで接種できます。  
浪江町の予診票を使用してください。

#### ●県外にお住まいの方

避難先の市区町村にお問合せください。  
予診票は、避難先自治体の予診票を使用できます。

市区町村によっては、無料で接種できない場合があります。  
一度実費をお支払いいただきますが、浪江町で費用を負担しますので、ご連絡ください。

### 持参するもの

- 健康保険証
- 予防接種予診票



※受診できる日は、各医療機関にお問合せください。

### 料金 無料

### 受診方法

医療機関名簿の中から希望医療機関を選び、直接電話をして予約してください。  
※浪江町の子宮がん(頸がん)検診であることを必ず伝えてください。

### 持参するもの

- 健康保険証
- 子宮がん検診受診録

いわき市内の医療機関での子宮がん検診は8月から実施しています。  
10月31日(水)で終了しますので、忘れずに受診しましょう。



## うつ病家族教室を開催します

うつ病は決して特別な病気ではなく、誰でもかかる可能性のある病気です。教室に参加して、うつ病についての知識や接し方を学ぶとともに、ご家族同士で日頃の思いを話してみませんか？

▷ **対象者** うつ病を抱える患者の家族

▷ **日時等**

日 時	内 容	場 所	問合せ・申込先
10月10日(水) 13時30分～15時	家族の接し方・交流	福島県相双保健福祉事務所 (南相馬市原町区錦町1-30)	福島県相双保健福祉事務所 保健福祉課高齢者支援チーム TEL 0244(26)1132
12月18日(火) 13時30分～15時	うつ病の理解と治療・交流		
平成31年2月中旬予定 13時30分～15時	当事者の気持ち・体験談(仮) 交流	福島県北保健福祉事務所 (福島市御山町8-30)	福島県北保健福祉事務所 保健福祉課障がい者支援チーム TEL 024(534)4300
10月30日(火) 10時～12時10分	うつ病の診断と治療について うつ病を体験して		
10月11日(木) 13時30分～16時	ミニ勉強会(本人との接し方、家 族のストレスケアなど) 講師を囲んでの懇談会	福島県中保健福祉事務所 (須賀川市旭町153-1)	福島県中保健福祉事務所 保健福祉課障がい者支援チーム TEL 0248(75)7811
11月8日(木) 13時30分～16時			
平成31年2月28日(木) 13時30分～15時30分	家族元気アップ講座 ～家族が元気になるために～		
11月9日(金) 13時30分～15時30分	医師・心理師等による講話、情報 提供、参加家族同士の交流など	福島県会津保健福祉事務所 (会津若松市追手町7-40)	福島県会津保健福祉事務所 保健福祉課障がい者支援チーム TEL 0242(29)5275
平成31年1月11日(金) 13時30分～15時30分			
平成31年3月8日(金) 13時30分～15時30分			

## 第5回ダンベル交流会を開催しました！

9月2日、浪江町地域スポーツセンターにおいて、ダンベル交流会を開催しました。

町が実施しているロコモ予防教室等のメンバーの皆さんなど約200人が参加し、交流を深めました。

各地区教室による成果発表、男性による男前ダンベル、舞踊家の野島大源先生等による沖縄創作演舞、全員での創作ダンベルも披露され、大いに盛り上がりました。

