

# 健康案内

## 予防接種

健康課 ☎ 725・5422

## インフルエンザ 予防接種

高齢者のインフルエンザの発病またはその重症化を防止し、まん延の予防を目的に、一人1回の接種を行います。ご希望の方は接種を受ける病・医院に必ず事前にお問い合わせ下さい。

望する方で、接種を受ける日に、65歳以上の方 60歳以上65歳未満の方で心臓、じん臓または呼吸器の機能に障がい有する方(障害者手帳一級相当)およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がい有する方

健康課 〒194 0013、  
町田5 8 21、健康  
福祉会館内、☎ 725・  
5178)

## 検診

### 基本健康診査 乳がん検診 子宮がん検診

この検診は町田市医師会の協力  
で実施するものです。  
対象 町田市民で勤務先等で検診の機会のない、基本健康診査は18歳以上の方、乳がん検診、子宮がん検診は30歳以上の女性の方  
受診期間 原則として誕生日とその翌月  
会場 町田市医師会加入の実施病・医院(必要な方には病・医院  
が不適当な状態と判断した、場合  
ごとく)

この検診は町田市医師会の協力  
で実施するものです。  
対象 町田市民で勤務先等で検診の機会のない、基本健康診査は18歳以上の方、乳がん検診、子宮がん検診は30歳以上の女性の方  
受診期間 原則として誕生日とその翌月  
会場 町田市医師会加入の実施病・医院(必要な方には病・医院  
が不適当な状態と判断した、場合  
ごとく)

の一覧表を送付します。健康課までご連絡下さい)  
町田市民病院は、一次検診の実施機関ではありません。他の医療機関をご利用下さい。  
【非負担者について】  
次の方は無料となります。  
福医療証をお持ちの方  
老人医療受給者証をお持ちの方  
病・医院の一般診療時間内に受診して下さい。  
健康課に申し込む必要はありません。  
検診日時が決まっています。病・医院がありますのでご注意ください。  
【基本健康診査】  
検診内容 必須検査(すべての方に実施) 問診 理学的診察 血圧測定 尿定性検査 血液検査(正確な検査数値を出すために空腹時にお受け下さい) 選択検査(医師の判断で選択的に実施)  
心電図検査 眼底検査 血糖検査 胸部レントゲン撮影 肝炎ウイルス検査(40歳以上の方)  
肝炎ウイルス検査は受診要件がありますので、詳しくはお問い合わせ下さい。  
40歳以上の寝たきりの方は医師が訪問して診査します。かかりつけ医にご相談下さい。  
費用 無料。ただし、定められた検査以外の検査、治療及び投薬に要する費用は自己負担となります。

子宮がん検診(頸部のみ: 1000円、頸部+体部: 2000円)  
受診する際に病・医院に現金でお支払い下さい。  
【非負担者について】  
次の方は無料となります。  
福医療証をお持ちの方  
老人医療受給者証をお持ちの方  
2002年度の市民税非課税世帯の方  
生活保護受給世帯の方  
病・医院の窓口で渡される受診票で、負担・非負担の届け出をして下さい。  
【肺がん検診】  
対象 町田市民で1年以内に肺がん検診を受けたことのない40歳以上の方  
妊娠している方及び疑いのある方は受診できません。  
日時 11月25日(月) 午前9時～正午  
会場 健康福祉会館  
内容 問診、胸部レントゲン撮影、かくたん検査  
定員 80人(抽選)  
費用 1200円  
【胃がん検診】  
対象 町田市民で1年以内に胃がん検診を受けたことのない35歳以上の方  
胃の手術を受けた方、胃及び十二指腸の病気で現在治療中または経過観察中の方、妊娠している方及び疑いのある方は受診できません。  
【子宮がん検診】  
検診内容 問診、内診、検体採取検査(体部については医師が必要と認められた方のみ受診できます)  
子宮筋腫等で子宮手術を受けた方は、細胞が採取できない場合があります。事前に医師とご相談の上、検診を受けて下さい。  
費用 乳がん検診700円

定員 各日50人(抽選)  
費用 800円  
申し込み 八ガキ(1人1枚)に「肺がん検診申し込み」または「胃がん検診申し込み」と書き、住所・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・電話番号・胃がん検診は希望会場・希望日(第3希望まで)を明記し、10月8日まで(消印有効)に健康課へ。  
受診案内等は、11月上旬までに送付します。  
【非負担者について】  
次の方は無料となります。  
福医療証をお持ちの方  
老人医療受給者証をお持ちの方  
2002年度の市民税非課税世帯の方  
生活保護受給世帯の方  
申請書で、当日負担・非負担の届け出をして下さい。  
成人歯科健康診査  
歯の健康の保持を目的として健診を実施しています。  
対象 町田市民で1年以内に成人歯科健康診査を受けたことがなく、健診日に40歳～65歳の方  
内容 問診、歯周疾患等の診査、予防指導  
費用 400円  
申し込み 協力歯科医院に直接お申し込み下さい。  
健康手帳をお持ちの方はご持参下さい。  
【非負担者について】  
次の方は無料となります。  
2002年度の市民税非課税世帯の方  
生活保護受給世帯の方  
病・医院で渡される受診票で、当日負担・非負担の届け出をして下さい。

申し込み 八ガキ(1人1枚)に「肺がん検診申し込み」または「胃がん検診申し込み」と書き、住所・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・電話番号・胃がん検診は希望会場・希望日(第3希望まで)を明記し、10月8日まで(消印有効)に健康課へ。  
受診案内等は、11月上旬までに送付します。  
【非負担者について】  
次の方は無料となります。  
福医療証をお持ちの方  
老人医療受給者証をお持ちの方  
2002年度の市民税非課税世帯の方  
生活保護受給世帯の方  
申請書で、当日負担・非負担の届け出をして下さい。  
成人歯科健康診査  
歯の健康の保持を目的として健診を実施しています。  
対象 町田市民で1年以内に成人歯科健康診査を受けたことがなく、健診日に40歳～65歳の方  
内容 問診、歯周疾患等の診査、予防指導  
費用 400円  
申し込み 協力歯科医院に直接お申し込み下さい。  
健康手帳をお持ちの方はご持参下さい。  
【非負担者について】  
次の方は無料となります。  
2002年度の市民税非課税世帯の方  
生活保護受給世帯の方  
病・医院で渡される受診票で、当日負担・非負担の届け出をして下さい。

申し込み 八ガキ(1人1枚)に「肺がん検診申し込み」または「胃がん検診申し込み」と書き、住所・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・電話番号・胃がん検診は希望会場・希望日(第3希望まで)を明記し、10月8日まで(消印有効)に健康課へ。  
受診案内等は、11月上旬までに送付します。  
【非負担者について】  
次の方は無料となります。  
福医療証をお持ちの方  
老人医療受給者証をお持ちの方  
2002年度の市民税非課税世帯の方  
生活保護受給世帯の方  
申請書で、当日負担・非負担の届け出をして下さい。  
成人歯科健康診査  
歯の健康の保持を目的として健診を実施しています。  
対象 町田市民で1年以内に成人歯科健康診査を受けたことがなく、健診日に40歳～65歳の方  
内容 問診、歯周疾患等の診査、予防指導  
費用 400円  
申し込み 協力歯科医院に直接お申し込み下さい。  
健康手帳をお持ちの方はご持参下さい。  
【非負担者について】  
次の方は無料となります。  
2002年度の市民税非課税世帯の方  
生活保護受給世帯の方  
病・医院で渡される受診票で、当日負担・非負担の届け出をして下さい。

## 健康づくり

### 講演会

【ウォーキングと健康】  
健康課 ☎ 725・5178  
だれでも気軽にできる「ウォーキング」の効果について、楽しくわかりやすい講演会を行います。  
直接会場へおいで下さい。  
日時 10月12日(土) 午前9時～10時30分  
会場 総合体育館小体育館  
講師 桜美林大学健康心理学科 教授・阿久根英昭氏  
上履きをお持ち下さい。  
動きやすい服装でおいで下さい。

の子育て」= 精神科医・中野目有一氏(母親のみ参加) 親子体操 = スポーツトレーナーによる父子の体操  
定員 25組(申し込み順)  
費用 大人250円、子ども50円(保険料含む)  
申し込み 10月7日までに電話で健康課(☎ 725・5422)へ。  
【救おう 子どもの健康 食事がら成る長期の運動と栄養を考える】  
健康課 ☎ 725・5178  
子どもたちの健康を運動と栄養から考えてみませんか。  
日時 10月19日(土) 午後2時30分～4時(受付は午後1時30分から)  
会場 健康福祉会館4階講習室  
内容 午後2時30分～4時 講話: フィットネス科学研究所代表 山田昌彦氏、午後1時30分～2時30分 展示等: 味見チェックテスト、モデル献立提示、体脂肪測定、みそ汁塩分測定  
定員 150人(申し込み順)  
申し込み 10月15日までに電話で健康課へ。

### 幼児食講習会

健康課 ☎ 725・5422  
対象 平成12年11月～平成13年5月生まれの子と保護者  
日時 11月1日(金) 午前9時50分～正午  
会場 健康福祉会館2階  
内容 幼児期の栄養と発達についての話、試食、グループ相談  
定員 25組(申し込み順)  
一度参加された方や、きょうだいをお連れでの参加はご遠慮下さい。  
持ち物 母子手帳、飲み物、手拭き  
申し込み 電話で健康課へ。

子どもたちの健康を運動と栄養から考えてみませんか。  
日時 10月19日(土) 午後2時30分～4時(受付は午後1時30分から)  
会場 健康福祉会館4階講習室  
内容 午後2時30分～4時 講話: フィットネス科学研究所代表 山田昌彦氏、午後1時30分～2時30分 展示等: 味見チェックテスト、モデル献立提示、体脂肪測定、みそ汁塩分測定  
定員 150人(申し込み順)  
申し込み 10月15日までに電話で健康課へ。

### 親子講座

健康課 ☎ 725・5422  
対象 幼児期の子育てや遊び方を一緒に学びませんか。当日は同体育館で健康づくりフェアを開催いたします。ぜひご参加下さい。  
対象 2歳6か月～4歳未満の子とその両親  
日時 10月12日(土) 午後1時～2時30分  
会場 総合体育館第一会議室  
内容: 講師 講演会「幼児期

健康課 ☎ 725・5422  
対象 初産の妊婦さんとその夫  
日時 10月26日(土) 午後2時～4時  
会場 健康福祉会館  
内容 講話 2人で行く家庭 = 尾崎医院・尾崎周一医師、「先輩パパの話」 = 両親学級修了者  
定員 30組(申し込み順)  
申し込み 10月22日までに電話で健康課へ。

### 両親学級



(東京都薬剤師会町田支部)

医薬分業が進み皆様も保健薬局で調剤を受け、薬を受け取られる時に「お薬の説明書」と共に薬について薬剤師より色々説明を受けられていると思いますが、「お薬手帳」を利用されている方はまだ少ないと思います。

## 「お薬手帳」をご存知ですか?

トアーも含む)を利用されている場合などに、どの病院(医院)でどのような薬が処方され、また注射を受けているか、どの薬局(ドラッグストア)で何の薬を購入して服用しているかが、その手帳の内容を医師や薬剤師が確認する事によりその患者さんの薬歴がわかりやすいと思えます。  
薬歴がわかることにより薬の重複(過剰)投与や飲み合わせによる副作用の防止、病気による服用禁止の薬をチェックする事ができること  
で薬での重大な事故を未然に防ぐことができます。手帳は保険証と同じ大きさなので普段から携帯する

この「お薬手帳」は、保健薬局や病院薬局でお渡ししています(有料の場合あり。1000～2000円位)薬剤師にお申し出下さい。「お薬手帳」は病院(医院)にかかり、薬局に処方せんを提出する時や薬を購入する時は必ず提示して下さい。

【子宮がん検診】  
検診内容 問診、内診、検体採取検査(体部については医師が必要と認められた方のみ受診できます)  
子宮筋腫等で子宮手術を受けた方は、細胞が採取できない場合があります。事前に医師とご相談の上、検診を受けて下さい。  
費用 乳がん検診700円

【肺がん検診】  
対象 町田市民で1年以内に肺がん検診を受けたことのない40歳以上の方  
妊娠している方及び疑いのある方は受診できません。  
日時 11月25日(月) 午前9時～正午  
会場 健康福祉会館  
内容 問診、胸部レントゲン撮影、かくたん検査  
定員 80人(抽選)  
費用 1200円  
【胃がん検診】  
対象 町田市民で1年以内に胃がん検診を受けたことのない35歳以上の方  
胃の手術を受けた方、胃及び十二指腸の病気で現在治療中または経過観察中の方、妊娠している方及び疑いのある方は受診できません。

【ウォーキングと健康】  
健康課 ☎ 725・5178  
だれでも気軽にできる「ウォーキング」の効果について、楽しくわかりやすい講演会を行います。  
直接会場へおいで下さい。  
日時 10月12日(土) 午前9時～10時30分  
会場 総合体育館小体育館  
講師 桜美林大学健康心理学科 教授・阿久根英昭氏  
上履きをお持ち下さい。  
動きやすい服装でおいで下さい。

【救おう 子どもの健康 食事がら成る長期の運動と栄養を考える】  
健康課 ☎ 725・5178  
子どもたちの健康を運動と栄養から考えてみませんか。  
日時 10月19日(土) 午後2時30分～4時(受付は午後1時30分から)  
会場 健康福祉会館4階講習室  
内容 午後2時30分～4時 講話: フィットネス科学研究所代表 山田昌彦氏、午後1時30分～2時30分 展示等: 味見チェックテスト、モデル献立提示、体脂肪測定、みそ汁塩分測定  
定員 150人(申し込み順)  
申し込み 10月15日までに電話で健康課へ。