



あつぎのあつぎ

「抜き取ってお読みください」

10月 ▶ 3月

## 保健センター情報満載号

## 保存版

問い合わせ / 成人保健係 ☎225-2201 母子保健係 ☎225-2597

### 健診・検診

#### ■がん集団検診 平成27年2月まで(検診日は受診券に記載)

4月10日までに申し込みをした方には、6月中旬に受診券を送付しています。申し込みをしていない方で受診を希望する場合は、9月30日までに健康づくり課窓口でお申し込みください(受診日には、限りがあります。受診は年1回、乳がん集団検診は2年に1回)。

検診日の日程変更を希望する方は、事前に必ず健康づくり課へご連絡ください。連絡をせず受診しなかった場合、今年度の集団検診は受けられません。

#### ■特定健康診査・特定保健指導 平成27年1月31日まで

40歳～74歳の市国民健康保険加入者を対象に、特定健康診査を実施します。特定健診の結果、生活習慣の改善が必要な方には個別に通知し、特定保健指導を実施します。75歳以上の方には、長寿健康診査を実施します。

40歳以上の生活保護受給者など医療保険に未加入の方は、生活保護受給者等健康診査で同様の健診を受けられます。

#### ■ご注意ください

特定健康診査は、加入している医療保険者が実施しています。実施方法などの詳細は、医療保険者にお問い合わせください。生活保護受給者等健康診査の受診券については、健康づくり課へお問い合わせください。

#### ■がん施設検診など 平成27年1月31日まで

対象者には6月中旬に受診券を送付しています(受診は年1回)。紛失した方は、再発行の手続きが必要です。

《受診者負担金》 昭和20年4月1日以前に生まれた方は、検診・健康診査が無料です。生活保護法による被保護世帯の方、平成26年度市民税非課税世帯で費用免除証明書の交付を受けた方、中国残留邦人等に対する支援給付を受けている方は、負担金が免除されます。証明書は、受診の7日前(土・日曜、祝日、12月29日～1月3日を除く)までに、健康づくり課、国保年金課または公民館の窓口で申請してください。事後申請は認められません。

検診・健診項目	受診者負担金	対象 受診当日、厚木市に住民登録が必要	
がん集団検診	胃がん	1500円 40歳以上の方(昭和50年4月1日以前生まれ)	
	※乳がん(視触診+マンモグラフィ)	1800円(50歳以上) 2300円(40～49歳) 40歳以上の女性(昭和50年4月1日以前生まれ)のうち、平成25年度に受診していない方(特定年齢の無料対象者は2年連続受診可)	
	※子宮がん(頸部)	1100円 20歳以上の女性(平成7年4月1日以前生まれ)	
特定健康診査	1500円(市国保)	受診当日、40歳～74歳の市国民健康保険の被保険者(昭和50年3月31日以前生まれ)	
長寿健康診査	無料	後期高齢者医療保険の被保険者	
成人歯科健康診査	1000円	40歳以上の方(昭和50年4月1日以前生まれ)	
がん施設検診	胃がん	リスク検診とはピロリ菌感染の有無と、血清ペプシノゲン値を血液検査で測定し、胃がんにかかるリスク(危険度)を判定する検診法です。	
	X線検査		4100円
	内視鏡検査		4800円
	リスク検診		1500円
	肺がん		500円
	※大腸がん		400円
	前立腺がん		1000円
乳がん(視触診)	900円	30歳以上の女性(昭和60年4月1日以前生まれ)	
※子宮がん(頸部+体部)	2000円(体部検査は3800円)	20歳以上の女性(平成7年4月1日以前生まれ) 体部検査は45歳以上が対象で、不正出血などの症状により医師が必要と判断した場合に実施	
※肝炎ウイルス検診	900円	40歳以上で、過去に市が実施した肝炎ウイルス検診を受診していない方	

※印の検診は、特定年齢の方の受診者負担金が無料になります。

#### 《問い合わせ》

- がん検診など……健康づくり課☎225-2201(保健センター1階)
- 特定健康診査……国保年金課☎225-2120(市役所本庁舎1階)
- 長寿健康診査……国保年金課☎225-2223(市役所本庁舎2階)

### 休日・夜間の救急医療

当番病院の詳細は、あつぎ健康相談ダイヤル24

#### 初期救急(入院の必要がない軽症救急患者が対象)

##### ●内科・小児科

休日夜間急患診療所(メジカルセンター) 水引1-16-45 (☎297-5199)

受付時間 月～金曜=19時～21時30分 土曜=18時～21時30分  
日曜、祝日、年末年始=9時～11時30分、14時～16時30分、18時～21時30分  
駐車場 11台(満車の場合は、市立病院第2駐車場へ)  
※市立病院駐車場は、有料(メジカルセンター利用者は5時間まで200円)です。受け付けに駐車券をお持ちください。

##### ●歯科

歯科保健センター 中町1-4-1 総合福祉センター1階 (☎224-6081)

受付時間 日曜、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)  
10時～11時30分、13時～16時30分

##### ●耳鼻咽喉科・眼科

日曜、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)に広域の輪番制

- ・当番病院は、「あつぎ健康相談ダイヤル24」または市ホームページでご確認ください。
- ・受付時間は直接、当番病院へご確認ください。

#### あつぎ健康相談ダイヤル24

☎0120-31-4156

- ◎発信者番号は通知設定でおかけください
- ◆相談内容:健康、医療、介護、育児、メンタルヘルス ◆医療機関情報の提供
- ※医療機関を受診すべきか迷ったら、まずは電話でご相談を

#### 二次救急(緊急入院や手術が必要な患者が対象)

##### ●内科・外科・小児科

	内科・外科		内科・外科 小児科
	第1当番病院	第2当番病院	
月	湘南厚木病院 ☎223-3636	東名厚木病院 ☎229-1771	市立病院 ☎221-1570
火	愛川北部病院 ☎284-2121		
水	近藤病院 ☎221-2375		
木	仁厚会病院 ☎221-3330		
金	東名厚木病院 ☎229-1771		
土	森の里病院 ☎247-2121		
休日	「あつぎ健康相談ダイヤル24」または市ホームページでご確認ください		
受付時間	月～金曜=17時～翌日9時 土曜=12時～翌日9時 日曜、祝日、年末年始=9時～翌日9時		

#### 障がい者歯科診療 歯科保健センター(総合福祉センター1階) ☎224-6081

- 診療内容(受診には電話での予約が必要です)  
障がい者歯科診療 毎週火・木曜 13時30分～17時  
摂食・嚥下機能発達支援診療 月2回不定期 9時30分～12時  
口腔保健指導 毎週土曜 13時30分～17時
- 予約受け付け 月～金曜 10時～16時30分(12時～13時を除く)
- 持ち物 保険証、医療証、障害者手帳、おくすり手帳(薬の明細書)

# 母子保健



「マタニティマーク」

## 母子健康手帳の交付

母子健康手帳は、お母さんとおさんの健康を守る大切なものです。妊娠したことが分かったら、早めに受け取りましょう。

- 受付時間** 8時30分～17時15分  
※土・日曜、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)を除く
- 交付場所** 健康づくり課(保健センター1階)
- 対象** 厚木市に住民登録がある妊婦の方
- 手続き** 窓口で妊娠届出書に記入  
母子健康手帳と一緒に交付するもの
- 妊婦健康診査費用補助券** 実施医療機関や市内の助産所で利用できる3000円券(13回分)と医療機関専用の1万円券(1回分)を交付します。
- 妊婦歯科健康診査受診票** 妊娠中1回の受診です。自己負担1000円で歯と歯茎の診察、唾液検査、歯科保健指導が受けられます。  
※妊娠中に転入した方は、前住所地で交付された母子健康手帳と妊婦健康診査費用補助券を健康づくり課窓口へお持ちください。

## すこやかマタニティクラス

- 対象** 初めてお母さん・お父さんになる方(一人での参加も可)
- 内容** 妊娠・出産・育児に関する講義と実習(沐浴など)
- 申し込み** 健康づくり課 ☎225-2597へ(予約制)
- 持ち物** 母子健康手帳、子育て応援ブック(父子手帳)、筆記用具、テキスト(1回目に配布)

## 産婦・新生児訪問

- 対象** 厚木市に住民登録がある生後2カ月未満の赤ちゃんとお母さん
- 内容** 助産師・保健師による計測と相談
- 申し込み** 母子健康手帳交付時配布の「出生連絡票」に記入し、健康づくり課へ。希望する新生児と産婦を訪問します。

## 乳児幼児健康相談

- 受付時間** 13時～14時30分
- 会場** 保健センター
- 内容** 身長・体重測定、育児・栄養・母乳(生後5カ月まで)・歯科(生後9～11カ月)相談
- 持ち物** 母子健康手帳

対象	対象		
	生後5カ月まで	生後6～8カ月	生後9～11カ月
1歳未満	10月14日(火)	10月20日(月)	10月27日(月)
	11月10日(月)	11月17日(月)	11月25日(火)
	12月8日(月)	12月15日(月)	12月22日(月)
	1月13日(火)	1月19日(月)	1月26日(月)
	2月9日(月)	2月16日(月)	2月23日(月)
	3月9日(月)	3月16日(月)	3月23日(月)
1歳以上	1・4・7・10月	10月6日(月)	
	2・5・8・11月	11月4日(火)	
	3・6・9・12月	12月1日(月)	
	1・4・7・10月	1月5日(月)	
	2・5・8・11月	2月2日(月)	
	3・6・9・12月	3月2日(月)	

## 離乳食マスターセミナー

- 会場・時間** 保健センター 10時30分～11時30分
- 申し込み** 健康づくり課 ☎225-2597へ(予約制・原則第1子)
- 内容** 離乳食の話と試食
- 持ち物** 母子健康手帳・筆記用具

日程	ゴックン教室(5～6カ月)		モグモグ教室(7～8カ月)	
	10月3日(金)	11月7日(金)	10月10日(金)	11月14日(金)
	12月5日(金)	1月9日(金)	12月12日(金)	1月16日(金)
	2月6日(金)	3月6日(金)	2月13日(金)	3月13日(金)

## スマイルチェリー

双子、三つ子の子どもたちと親の集いの場  
※保健センターで毎月開催。日程などの詳細は、お問い合わせください。

## パンダクラブ

2500g未満で生まれた子どもたちと親の集いの場

## 4カ月・8～9カ月児健康診査(個別)

- 会場** 実施医療機関
- 対象** 4カ月児=生後4カ月以上5カ月未満の乳児  
8～9カ月児=生後8カ月以上10カ月未満の乳児
- 内容** 身長・体重測定、内科診察、保健指導ほか
- 受診日** 医療機関によって異なりますので、必ずお問い合わせください。
- 料金** 無料
- 持ち物** 母子健康手帳、保険証、バーコードシール

## 1歳6カ月児健康診査

受付時間	日程	対象者の誕生日
12時30分～14時	10月1日(水)	平成25年3月1日～10日
● <b>会場</b> 保健センター	8日(水)	11日～20日
	15日(水)	21日～31日
● <b>内容</b> 身長・体重測定、内科・歯科診察、歯科・栄養相談、保健指導ほか	11月5日(水)	平成25年4月1日～10日
	12日(水)	11日～20日
● <b>持ち物</b> 母子健康手帳、バーコードシール、健康診査票	19日(水)	21日～30日
	12月3日(水)	平成25年5月1日～10日
	10日(水)	11日～20日
	17日(水)	21日～31日
	1月7日(水)	平成25年6月1日～10日
	14日(水)	11日～20日
	21日(水)	21日～30日
	2月4日(水)	平成25年7月1日～10日
	18日(水)	11日～20日
	25日(水)	21日～31日
	3月4日(水)	平成25年8月1日～10日
	11日(水)	11日～20日
	18日(水)	21日～31日

## 2歳6カ月児歯科健康診査

受付時間	日程	対象者の誕生日
9時～10時30分	10月2日(木)	平成24年4月1日～10日
● <b>会場</b> 保健センター	9日(木)	11日～20日
	16日(木)	21日～30日
● <b>内容</b> 歯科診察・必要時予防処置(フッ素塗布)・歯科保健指導ほか	11月6日(木)	平成24年5月1日～10日
	13日(木)	11日～20日
● <b>持ち物</b> 母子健康手帳、バーコードシール、子ども用歯ブラシ	20日(木)	21日～31日
	12月4日(木)	平成24年6月1日～10日
	11日(木)	11日～20日
	18日(木)	21日～30日
	1月8日(木)	平成24年7月1日～10日
	15日(木)	11日～20日
	22日(木)	21日～31日
	2月5日(木)	平成24年8月1日～10日
	12日(木)	11日～20日
	19日(木)	21日～31日
	3月5日(木)	平成24年9月1日～10日
	12日(木)	11日～20日
	19日(木)	21日～30日

## 3歳6カ月児健康診査

受付時間	日程	対象者の誕生日
12時30分～14時	10月3日(金)	平成23年4月1日～10日
● <b>会場</b> 保健センター	10日(金)	11日～20日
	17日(金)	21日～30日
● <b>内容</b> 身長・体重測定、尿検査、視聴覚検査、内科・歯科診察、歯科・栄養相談、保健指導ほか	11月7日(金)	平成23年5月1日～10日
	14日(金)	11日～20日
● <b>持ち物</b> 母子健康手帳、バーコードシール、健康診査票、尿、視力・聴力の調査票	21日(金)	21日～31日
	12月5日(金)	平成23年6月1日～10日
	12日(金)	11日～20日
	19日(金)	21日～30日
	1月9日(金)	平成23年7月1日～10日
	16日(金)	11日～20日
	23日(金)	21日～31日
	2月6日(金)	平成23年8月1日～10日
	13日(金)	11日～20日
	20日(金)	21日～31日
	3月6日(金)	平成23年9月1日～10日
	13日(金)	11日～20日
	20日(金)	21日～30日

# 高齢者予防接種

持ち物

- ①保険証・生活保護受給票など現住所が確認できるもの
- ②満60歳～64歳の方は、①に加えて障害者手帳または医師の診断書など

### 高齢者インフルエンザ予防接種

**実施期間** 10月14日～平成27年2月28日

**対象者** 接種当日、厚木市に住民登録があり、①65歳以上の方②満60歳～64歳で、心臓や腎臓、呼吸器などの重い病気で日常生活が極度に制限される程度の障害がある方

**費用負担** 1000円  
市民税非課税などに該当する方は、接種費用の免除を受けられる場合があります。  
詳細は、健康づくり課にお問い合わせください。

### 高齢者肺炎球菌予防接種

10月1日から高齢者の肺炎球菌ワクチン予防接種が予防接種法に基づく定期接種に位置付けられます。

**実施期間** 10月1日～平成27年3月31日

**対象者** 接種当日、厚木市に住民登録があり、①今年度65・70・75・80・85・90・95歳、100歳以上の方②満60歳～64歳で、心臓や腎臓、呼吸器などの重い病気で日常生活が極度に制限される程度の障害がある方  
※過去に肺炎球菌ワクチンの接種を受けた方は対象外です。ご注意ください。

**費用負担** 4000円  
市民税非課税などに該当する方は、接種費用の免除が受けられる場合があります。  
詳細は、健康づくり課にお問い合わせください。

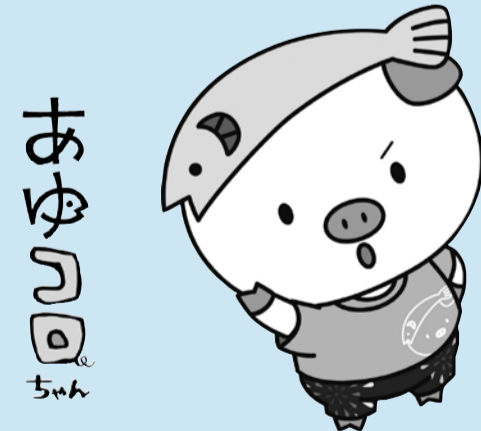
**任意接種** 4月1日から実施している、高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種一部助成事業は、平成27年3月末まで実施します。定期接種対象外で接種を希望される方は、ご利用ください。

実施医療機関などの詳細は、市ホームページをご覧ください。

# 成人保健

## 健康あつぎ推進リーダー

「健康食育あつぎプラン」の優先課題に関する講座や教室を企画・運営するボランティアです。市民が主体的に健康づくりに取り組めるよう市と協働して活動しています。  
健康あつぎ推進リーダーによる出前講座も実施しています。希望する団体や企業はお問い合わせください。



## 骨粗しょう症検診(申し込み制)

市内在住の方を対象に、骨密度測定と骨粗しょう症予防を含めた結果説明を個別に実施します。詳細は「広報あつぎ」に掲載する予定です。  
●**検診予定** 12月  
●**対象** 30歳以上の女性(昭和60年4月1日以前生まれ)で、8月の検診を受けていない方  
●**受診者負担金** 800円



## 健康手帳



女性用(左)と男性用(右)の2種類

■**自分の健康を守るための健康手帳**  
自分自身の健康管理と、適切な医療を受診するために便利な手帳です。健康診査、歯周疾患検診などの受診結果(5年分)や健康の保持増進のために必要なことを記録できます。いざという時のために、これまで心身に起こったことや服用している薬を「健康手帳」にまとめておきましょう。健康に関する豆知識なども掲載していますので、自身の健康づくりにお役立てください。

●**配布場所** 健康づくり課、国保年金課、高齢福祉課の窓口、各公民館、各種健康教室や健康相談などの会場

## 健康教室・健康相談

各種健康講座	
まちの移動保健室(健康相談)	
こころの健康相談	
ヘルスアップ相談(生活習慣病中心の健康相談)	
歯と歯ぐきの健康相談	

※日程や申し込み方法などの詳細は、「広報あつぎ」に掲載する予定です。  
※保健師による出張健康相談や、保健師・精神保健福祉士による「生活習慣病予防」「たばこ」「こころの健康」「ゲートキーパー養成」などに関する出前講座も開催しています。希望する団体や企業はお問い合わせください。

## 眼科健診(申し込み制)

市内在住の方を対象に、成人眼科健診を実施しています。  
●**申し込み** 健康づくり課 ☎225-2201へ  
●**実施期間** 平成27年1月31日まで  
●**対象** 40・45歳の方(昭和49年4月2日～昭和50年4月1日、昭和44年4月2日～昭和45年4月1日生まれの方)  
●**受診者負担金** 2300円

# 予防接種

接種当日、厚木市に住民登録がある方に公費助成をします。

- 接種場所 実施医療機関
- 持ち物 母子健康手帳、バーコードシール、予診票、保険証

定期予防接種対象ワクチン、対象者と接種期間

■予防接種でお子さんを感染症から守りましょう。

ワクチン名	接種対象年齢等		標準的な接種期間	回数		
BCG	1歳の誕生日の前日まで		生後5カ月～8カ月	1回		
ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ ※1	1期初回	生後3カ月～90カ月(例:4月15日生まれの方は7月14日～7歳の10月14日)	生後3カ月～12カ月	3回		
	1期追加	1期初回:20日以上の間隔で接種 1期追加:1期初回接種終了後、6カ月以上の間隔を置く	1期初回接種終了後、12カ月～18カ月	1回		
麻しん風しん	2期	11歳の誕生日の前日～13歳の誕生日の前日	小学6年生相当の年齢	1回		
	1期	1歳の誕生日の前日～2歳の誕生日の前日		1回		
2期	小学生になる日までの1年間(平成26年度は平成27年3月31日まで) (年長児相当年齢:平成20年4月2日～平成21年4月1日生まれ)			1回		
	水痘 ※2 (平成26年10月1日から)		生後12カ月～36カ月(1歳の誕生日の前日～3歳の誕生日の前日) ※2回目の接種は、1回目接種終了後3カ月以上の間隔を置く	1回目:生後12カ月～15カ月 2回目:1回目接種終了後6カ月～12カ月の間隔を置く	2回	
日本脳炎 ※3	1期初回	生後6カ月～90カ月(例:4月15日生まれの方は10月14日～7歳の10月14日)	3歳	2回		
	1期追加	1期初回:6日以上の間隔で接種 1期追加:1期初回接種終了後、6カ月以上の間隔を置く	4歳	1回		
	2期	9歳の誕生日の前日～13歳の誕生日の前日	9歳	1回		
子宮頸がん予防・サーバリックス・ガーダシル	小学6年生相当の年齢～高校1年生相当の年齢の女性 接種間隔は、サーバリックスは初回接種の1カ月後に2回目、ガーダシルは初回接種の2カ月後に2回目、両ワクチンとも初回接種の6カ月後に3回目		中学1年生相当の年齢の女性	3回		
現在、子宮頸がん予防ワクチンの接種を積極的にはお勧めしていません。接種に当たっては、有効性とリスクを理解した上で受けてください。						
ワクチン名	対象年齢	初回接種開始年齢	初回免疫	回数	追加免疫	回数
ヒブ	生後2カ月～5歳の誕生日の前日	生後2カ月～7カ月の前日	生後12カ月までに27日以上の間隔で接種	3回	初回接種終了後、7カ月以上(生後12カ月までに初回免疫の規定回数を受けていない方は初回最後の注射から27日以上)の間隔	1回
		生後7カ月～12カ月の前日		2回		1回
		生後12カ月～5歳の誕生日の前日	1回接種	1回	-	-
小児用肺炎球菌	生後2カ月～5歳の誕生日の前日	生後2カ月～7カ月の前日	生後24カ月までに27日以上の間隔で接種、また初回2回目の接種が生後12カ月を超えた場合、初回3回目は接種しない	3回	初回接種終了後、60日以上の間隔で生後12カ月以降に接種	1回
		生後7カ月～12カ月の前日	生後24カ月までに27日以上の間隔で接種	2回	初回接種終了後、60日以上の間隔で生後12カ月以降に接種	1回
		生後12カ月～24カ月の前日	60日以上の間隔で接種	2回	-	-
		生後24カ月～5歳の誕生日の前日	1回接種	1回	-	-

- ※1 第1期で三種混合とポリオワクチンを接種する場合も、四種混合ワクチンに準じます。
- ※2 平成26年度に限り、3歳の誕生日～5歳の誕生日の前日の間にある方を対象に、1回注射します。ただし、既に水痘に罹患したことがある方、任意接種として既に水痘ワクチンの接種を受けた方は除きます。
- ※3 平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの方は、日本脳炎の予防接種の機会を逃している可能性があります。この間に生まれた方で、規定の回数(4回)を接種していない場合は、20歳の誕生日の前日まで不足している回数を定期予防接種として接種できます。

※ 定期予防接種の対象者であった間に、長期にわたって療養を必要とする疾病にかかったことなど特別な事情により定期予防接種を受けることができなかったと認められる場合、該当する事情がなくなった日から起算して2年以内(上限年齢あり)に定期予防接種として接種できます。詳細は、お問い合わせください。

### 厚木市予防接種情報提供サービス「あゆコロちゃんのちっくんナビ」

子どもの『予防接種』『健診』など、必要不可欠な情報をモバイルで提供します。スマートフォンなどから登録無料。ニックネームなどでも登録できます。  
※パケット通信料などは各自のご負担です。



お子さんに合わせた予防接種スケジュールを作成できます。接種日が近づくとメールでお知らせするよ!



QRコード

※ 実際の接種は医師と相談しましょう。

### 子どもインフルエンザ予防接種

- 接種場所 実施医療機関
- 対象者 生後6カ月～小学6年生相当の子ども(平成14年4月2日以降に生まれた子ども)
- 持ち物 母子健康手帳、保険証
- 助成額 2回接種のうち、1回につき1000円を助成

●実施期間 10月14日～平成27年2月28日

### 風しん予防接種費用の一部助成

- 接種場所 実施医療機関
- 実施期間 平成27年3月31日まで
- 対象者 接種当日、厚木市に住民登録があり、次のいずれかに該当する方  
①妊娠を希望または予定している20歳以上の女性(妊娠中は不可)と夫  
②妊娠している女性の夫
- 助成額 MR(麻しん風しん混合)ワクチン:6000円  
風しん単体ワクチン:4000円

※接種費用は医療機関によって異なります。接種費用から助成額を差し引いた金額が自己負担額になります。