



親と子の健康づくり 場所・岡飯岡保健センター(☎57-3113)

種別	期日	受付時間	対象・内容
健康診査	乳児健康診査	9月 3日(月)	平成30年4月21日～5月 3日生
		9月14日(金)	平成30年5月 4日～5月31日生
	1歳6か月児健康診査	9月12日(水)	平成29年1月29日～2月19日生
	2歳児歯科健康診査	9月13日(木)	平成28年3月17日～4月 6日生
	3歳児健康診査	9月19日(水)	平成27年2月17日～3月 7日生
9月28日(金)		平成27年3月 8日～3月30日生	
相談	母乳相談 ※申込制	9月21日(金)	助産師の講話、授乳方法の指導など
	育児相談	9月21日(金)	乳幼児の発育確認、言葉、食事、歯などの相談
	歯科相談	9月27日(木)	歯科医師による診察と歯科衛生士の歯磨き指導
教室	両親学級	9月 6日(木)	妊娠中の過ごし方と注意点、お口と歯の健康、栄養(調理実習)
	離乳食教室 ※申込制	9月26日(水)	平成30年4月～5月生 内容：離乳食の進め方(講話、調理実習)



健康インフォメーション

自分の健康は自分で守りましょう

これから健診を受ける人、受診した健診結果が基準値内だった人、基準値外だった人など、日々の生活習慣によって健康状態は左右されます。健診結果から生活習慣を見直し、適度な運動、バランスの良い食事、禁煙、節酒を心掛けましょう。このような取り組みは「あさひ健康応援ポイント」のポイント対象となります。

〈今日からチャレンジ！3つのアクション〉

- ① 1日プラス10分の運動／昼休みなどを活用し10分の筋力トレーニングやストレッチを行いましょ。
- ② 1日プラス1皿の野菜／まずは小鉢や小皿1皿分の野菜料理を追加して食べましょ。
- ③ 喫煙から禁煙へ／たばこから立ち上る煙は、喫煙者が体内に吸い込む煙より有害物質が多く含まれます。禁煙にチャレンジしましょ。

岡健康管理課予防班(☎63-8766)

献血に協力を！

期日	場所・受付時間
9月19日(水)	旭中央病院 13:00～16:00
9月23日(日)	ショッピングセンター サンモール 10:00～11:45 13:00～15:45



※献血カードを持っている人は持参してください。

岡健康管理課庶務企画班(☎63-8766)



予防接種 岡旭市保健センター(☎63-8766)

【集団接種】 場所：旭市保健センター

種別	期日	受付時間	対象
BCG	9月5日(水)	13:15～13:45	生後12か月未満

【個別接種】 場所：各指定医療機関

種別	対象
ヒブ	生後2～60か月未満
小児用肺炎球菌	生後2～60か月未満
四種混合、ポリオ	生後3～90か月未満
水痘	生後12～36か月未満
麻しん・風しん混合	1期：生後12～24か月未満 2期：平成24年4月2日～25年4月1日生
日本脳炎	1期：生後6～90か月未満 2期：9～13歳未満 特例対象：平成19年4月1日以前生まれの20歳未満で、接種していない人
B型肝炎	生後12か月未満
高齢者肺炎球菌	65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳の人、60～64歳で心臓などに障害のある人 ※4月2日(月)～平成31年4月1日(月)に対象年齢になる未接種者に3,000円を助成(助成は1回限り)。助成期間は平成31年3月31日(日)までです。



健康ワンポイントアドバイス

口腔がん検診の
受け付けを開始します

日時／10月28日(日) 午前9時～午後0時30分

場所／飯岡保健センター

対象／市内在住で4月1日現在40歳以上の人

定員／40人 ※応募者多数の場合は抽選

内容／歯科口腔外科専門医による口腔内検診

費用／無料

申込期限／9月14日(金)消印有効

申込方法／はがきに「口腔がん検診希望」と明記の上、住所・氏名(ふりがな)・性別・生年月日・電話番号を記入し、郵送してください。

〒289-2712 旭市横根3520 健康管理課支援班(☎57-3113・飯岡保健センター内)

口腔がんは早期発見が重要です

口腔がんとは何でしょうか。口腔つまり口の中は舌、
しにく 歯肉、きょうねんまく 頬粘膜、こうがい 口蓋、こうてい 口底、顎骨などで構成されています。ここにできるがんを口腔がんといいます。口腔



がんと診断された例は、世界では40万件(世界歯科連盟2009年報告)もあります。発生率の平均は男性が人口10万人あたり6.3人、女性は3.2人で、日本では全てのがんの1～3%を占め、年々増加しています。

口腔がんは直接目で確認でき、手で触れることも可能です。病気が進行してしまうと治療が困難になるばかりか、生命にも関わることもあり、なおさら早期発見が重要です。この機会に口腔がん検診を受けてみませんか。

【旭市歯科医師会】

旭中央病院便り  vol. 73<http://www.hospital.asahi.chiba.jp/>

〒旭中央病院(☎63-8111・代表)

つながろう 地域と病院
9月22日(土)は第3回病院まつり

地域住民の皆さんとの交流をより深めるため、今年も病院まつりを開催します。楽しみながら日々の健康と元気のひけつを見つけてみませんか。

日時／9月22日(土) 午前10時～午後2時

場所／旭中央病院本館ほか

内容／特別講演、市民健康講座、健康チェック、救急の日のイベント、糖尿病のつどい、展示・体験コーナー、屋台ゲーム、二中吹奏楽部コンサート、落語、職員食堂の一般解放と減塩ランチの販売など

附属施設でもさまざま催しを開催

看護学校彩花祭(看護専門学校)

日時／●9月21日(金) 午前10時～午後2時30分

●22日(土) 午前9時30分～午後2時30分

敬老会(老人ホーム東総園)

日時／9月22日(土) 午前10時～午後3時

文化祭(介護老人保健施設シルバーケアセンター)

日時／9月22日(土) 午前9時30分～午後3時

ケアフェス(ケアハウス)

日時／9月22日(土) 午前9時15分～午後3時30分

AC-Junction(東体育館)

日時／9月22日(土) 正午～

内容／職員らによる音楽パフォーマンス

附属看護専門学校の学生募集(社会人選考)

附属看護専門学校では、社会人を対象に入学試験を行います。

募集人数／若干名

受験資格／高等学校を卒業または同等以上の学歴を有し、勤務経験が受験日現在、通算3年以上ある人

願書受付期間／9月25日(火)～10月3日(水)

試験日／10月12日(金)・13日(土)

試験科目／国語(古文・漢文除く)、面接