



親と子の健康づくり

☎問こども家庭課母子保健班(☎63-8711)

場所：旭市保健センター

種 別	期 日	対 象・内 容
健康 診 査	乳児健康診査	令和 7年 5月23日～ 6月14日生まれ
	1歳6か月児健康診査	10月 8日(水) 令和 6年 2月23日～ 3月17日生まれ
		10月31日(金) 令和 6年 3月18日～ 4月13日生まれ
	2歳児歯科健康診査	10月 9日(木) 令和 5年 3月 3日～ 4月 1日生まれ
		10月30日(木) 令和 5年 4月 2日～ 4月22日生まれ
	3歳児健康診査	10月17日(金) 令和 4年 3月25日～ 4月20日生まれ
相談 (申込制)	両親学級	10月10日(金) もくもく 沐浴実習、出産後の手続きなど
		10月29日(水) 妊娠中の過ごし方と注意点、お口と歯の健康、妊婦体操
	子育て学級	10月 3日(金) 対象：令和7年6月1日～8月10日生まれの第1子 ベビーマッサージや育児の情報交換など(パパも参加できます)
	離乳食教室	10月21日(火) 対象：令和7年4月～6月生まれ 内容：離乳食(初期・中期)の進め方など



健康インフォメーション

特定保健指導を利用してください

市では、国保特定健康診査の結果で「動機付け支援」「積極的支援」と判定された人を対象に、特定保健指導を実施しています。

生活習慣病は、自覚症状がないまま進行していきます。健診結果に変化が現れたら、生活習慣を見直すタイミングです。対象者には通知が届くので、自身の健康管理に役立ててください。

☎問健康づくり課健康支援班(☎63-8766)

子宮頸がんを防ぐために HPVワクチン接種と子宮頸がん検診

子宮の入口付近にできる子宮頸がんは、若い女性がかかるがんの中でも多く、20代から増え始めます。主な原因は、ヒトパピローマウイルス(HPV)の感染です。HPVは、多くの女性が一生に一度は感染するといわれますが、ほとんどは免疫によりウイルスが自然に排除されます。しかし一部の人で感染が長く続き、がんにつながる場合があります。有効な予防方法として、HPVワクチンの接種と子宮頸がん検診があります。

HPVワクチン接種

対象の人には通知が届いています。ワクチンの効果やリスク、接種間隔などを確認し、接種可能な医療機関で接種してください。

子宮頸がん検診

20歳以上の女性は2年に1回、受診しましょう。検診では、子宮頸がんの手前の状態も調べることができるので、早期発見や予防につながります。令和8年度の子宮頸がん検診の申し込みは、健康づくり課の窓口で受け付けています。

☎問健康づくり課健康支援班(☎63-8766)



予防接種

☎問健康づくり課健康支援班(☎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	10月3日(金)	13:30～13:50	生後5～12か月未満

【個別接種】 場所：各指定医療機関

種 別	対 象
ロタウイルス感染症	ロタリックス：出生6週0日後から24週0日まで
	ロタテック：出生6週0日後から32週0日まで
小児の肺炎球菌	生後 2～60か月未満
5種混合	生後 2～90か月未満
B型肝炎	生後12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31年4月2日～令和2年4月1日生まれ
水痘	生後12～36か月未満
日本脳炎	1期：生後6～90か月未満 2期：9～13歳未満 特例対象者：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
	2種混合 11～13歳未満
ヒトパピローマウイルス感染症	●小学6年生～高校1年生相当の女子 ●平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女子で、令和4年4月1日～令和7年3月31日に1回以上接種した人のうち、3回の接種を完了していない人(経過措置)
高齢者の肺炎球菌	65歳と、60～64歳で心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障がいがあり、身体障害者手帳1級の認定を受けた人
帯状疱疹 ほうしん	50歳以上(定期接種の対象者には通知が届いています)

Healthy Square



健康ワンポイントアドバイス

健康寿命を延ばすカギは「介護予防」

旭市の平均寿命は、男性80.9歳、女性86.7歳（令和6年国保データベース）と延び続けています。住み慣れた地域で元気に暮らし続けるためには「健康寿命を延ばす＝介護状態にならないこと」が重要です。

自分でやる力を保つ

年齢を重ねると心身が弱くなり、つい周りの人に頼ってしまいがちです。しかし、頼り過ぎると自分で今できていることまで徐々にできなくなり、介護が必要になる恐れがあります。「もう一度、自分でできるようになる」という気持ちが大切です。

介護予防に取り組もう

市では、地域の高齢者が生き生きと暮らせるよう、通いの場での運動など、さまざまな介護予防事業を実施しています。そのほか健康増進センターの利用やボ



ランティア活動、趣味の集まり、公民館のイベントに参加するなど、人と関わる活動は心身の機能維持・向上につながるため、自分に合った介護予防を見つけて取り組んでみましょう。

地域で支え合おう

高齢者の移動支援や見守りなど、地域で活動する人材を募集しています。困り事を地域で支え合い、自身の介護予防のためにも、みんなで協力して必要な場や支援の輪を広げていきましょう。

【高齢者福祉課 保健師】

旭中央病院便り



<https://www.hospital.asahi.chiba.jp/>
 岡旭中央病院(☎63-8111・代表)

地域全体で救急医療を守るために協力を

救急車から受け入れ要請があった場合、当院は受け入れ100%を目標に、万全の体制で対応します。救急初期診療は旭中央病院が行いますが、その後の病状に応じて、目安として3日以内に地域の病院へ転院していただく場合があります。

当院は専門診療科による継続治療を担い、地域の病院は一般内科・外科などで標準治療を担います。両者が役割分担と連携を行うことで、地域の救急医療を持続可能な形で守っていきますので、理解と協力をお願いします。

広報誌「こんにちは」を発行しました

最新刊(vol.42)では「高齢者の骨折と骨粗しょう症対

策」について特集しています。冊子は院内や市内公共施設にあるほか、病院ホームページにも掲載しています。



10月11日(土)に病院まつり・彩花祭を開催

旭中央病院「病院まつり」と、旭中央病院附属看護専門学校「彩花祭」を開催します。職員・看護学生によるさまざまな企画を予定しているので、気軽に参加してください。費用は無料で、申し込みも不要です。

病院まつり

時間／午後1時～3時

場所／おひさまテラス

内容／市民健康講座、統括病院長特別講演、音楽ステージ、健康チェック、各種体験コーナー、子ども向けコーナーなど

彩花祭

時間／午前9時30分～午後3時

場所／旭中央病院附属看護専門学校

内容／高齢者・子ども向けコーナー、軽食販売、マッサージなど

