

## ▶ ピンクリボン月間

毎年10月は「ピンクリボン月間」として、乳がんの正しい知識を広め早期発見・早期治療の大切さについて啓発されています。

## 月に1度、自己触診を行ってみませんか

日頃の自分の状態を知っておくと、変化に気づきやすいです。

- ①鏡の前に立ち、頭の後ろで手を組み、色や形を見る。
- ②4本指で「の」の字を書くように、指先で軽くなでるように、しこりの有無を調べる。
- ③指で乳頭の根元を軽くつまんで、分泌物が出ないか調べる。
- ④仰向けに寝て、背中の下に低めの枕か畳んだタオルを入れて、乳房や脇の下などをさわって、しこりを調べる。乳房や脇の下などにしこりや皮膚の変化、乳頭から血が混じった分泌物が出るなど異常を感じたら、専門医へ受診しましょう。

## 2年に1度の乳がん検診をしましょう

しこりにならない乳がんもありますので、定期的な検診で早期発見しましょう

## 臨床心理士による相談

問合せ とも家庭センター  
(TEL23-7621)

ID 771347874

臨床心理士によるお子さんの発達相談などを行います。

日時▶ 10月16日(水)

①9:10~②10:10~  
(1組50分程度)

場所▶ 新城保健センター

対象▶ 幼児とその保護者

持ち物▶ 母子健康手帳

定員▶ 2組(先着順)

申込▶ 電話申込

## 新型コロナ予防接種・インフルエンザ予防接種

ID 733313888

ID 371761026

今年度から新型コロナ予防接種は、インフルエンザ予防接種と同様に高齢者の方を対象に定期接種となりました。

9月下旬ごろ対象者に新型コロナ予防接種とインフルエンザ予防接種の予診票を同封し送付します。紛失した場合は再発行の手続きが必要です。

期間▶ 10月1日(火)~令和7年1月31日(金)

場所▶ 市内実施医療機関(事前に医療機関に予約が必要です)

※市外医療機関で接種する場合、健康課に事前手続きが必要です。

対象▶ 市内在住で次のいずれかに該当される方

- ◆①65歳以上
- ◆②60歳以上65歳未満の方で心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害のある方。なお、②対象者は予診票を発行しますので、障害者手帳または主治医の診断書をお持ちの上、事前に健康課に申請してください。

費用▶ 新型コロナ:2,000円  
インフルエンザ:1,500円  
(接種した医療機関でお支払いください)

※市民税非課税世帯および生活保護世帯の方は、費用が免除となり、予診票に自己負担金0円と記載されています。

HEALTH

## お知らせ保健

問合せ 健康課 (TEL23-8551)

## ▶ 集団がん検診(要予約)

ID 325839297

## 日時・場所

◆新城保健センター

10月26日(土)、29日(火)

◆市民センターほうらい

10月18日(金)

## 内容、費用

胃がん	500円
大腸がん	300円
前立腺がん(50歳以上)	500円
子宮がん	500円
乳がん	500円
	(40歳代・600円)
結核・肺がん	無料

申込▶ 電話または  
申込フォーム  
(先着順)



▲申込フォーム

注意事項▶ 同日に複数の項目を受けることができます。

各日午前中実施ですが、詳しい時間は、申込受付時にご案内します。

同じ検診を複数会場へ申し込むことはご遠慮下さい。各検診(医療機関での受診を含む)は、一人につき年度に1回です。