

国保被保険者40歳～74歳までの特定健診の対象の方へ 特定健診は【個別健診】が受けられます

特定健診で個別健診（医療機関での受診）を希望される場合は事前に保健センターチャフルつきに電話（52-0001・内線710）でお申し込みください。

申込・問い合わせ：住民課 健康増進係（支所・内線710）

生活習慣病などで医療機関にかかっている方も特定健診が受けられます。
 かかりつけの医師に御相談ください。

実施期間	7月1日（火）～12月31日（水）（但し、医療機関開院時間内）
対 象	平成26年4月1日時点で国保に加入している40歳～74歳の方 ＊75歳になる方は誕生日の前日まで受診可（平成26年度未成年）
検査項目	身長、体重、腹囲、BMI、血圧、脂質（中性脂肪、HDL-C、LDL-C）、 肝機能（GOT、GPT、γ-GTP）、糖代謝（血糖、GHb-A1c、）尿（尿糖、尿蛋白、尿潜血）、腎臓（クレアチニン、GFR）、尿酸、貧血検査 ＊心電図検査は医師の判断により必要な場合のみ実施
料 金	無 料 ＊今年度、特定健診は無料になりました！
受診できる 医療機関	<町内医療機関> あないクリニック、うえだ内科クリニック、片山医院、古賀整形外科 内科医院、椎田クリニック、永尾医院、二見医院、宮部病院、宮崎リ ハビリテーション医院 <その他> <input type="checkbox"/> 豊前築上医師会健康管理所…＊特定健診と同時にがん検診（肺・ 大腸・前立腺・子宮・乳）が受診できます。 <input type="checkbox"/> 新行橋病院 <input type="checkbox"/> 豊前築上管内医療機関（保健センターへ、お尋ねください）
申し込みから 受診まで	① 保健センターへ電話で申し込む ② 町から特定健診受診券が郵送で届く ③ 医療機関に予約をする ④ 特定健診受診券・健康手帳・料金を持って医療機関を受診

こころの健康相談日のお知らせ

こころの悩みや不安など、精神保健福祉士が相談をお受けします。思春期の悩みや、アルコール、薬物に関する相談も受け付けます。あなた自身のことや、ご家族・ご友人など身近な人のことなど、ひとりで悩まず、話してみませんか？

日 時： 6月4日/7月2日（水） 13：00～17：00（要予約）

場 所： 保健センター チャフルつき

予約・お問い合わせ 保健センターチャフルつき（支所・内線710）

豊築休日急患センターからのお知らせ

毎月2回、休日急患センターに九州歯科大学の口腔外科医（口腔がん専門医）が来ます。

6月の来所日 1日（日）、15日（日）

お口の中に異常のある方、心配がある方は来所ください。

問い合わせ 豊築休日急患センター
0979（82）8820

チアフル健康相談のお知らせ

6月16日（月）10:00～11:00、保健センターチアフルつきで健康相談を行います。

血圧測定、検尿などの健康チェック並びに保健師が健康に関する相談に応じます。利用を希望される方は当日会場にお越しください。健康手帳をお持ちの方は、ご持参ください。

日本脳炎予防接種のお知らせ

日本脳炎は、日本脳炎ウイルスの感染で起こります。ヒトから直接ではなく、ブタ等の体内で増えたウイルスが蚊によって媒介されて感染します。7～10日の潜伏期間の後、高熱、頭痛、嘔吐、意識障害、けいれん等の症状を示す急性脳炎になります。ヒトからヒトへの感染はありません。次の対象となるお子さんは、体調の良い時に、接種を受けましょう。

★対象者と接種方法

- 1期（初回）：3歳（7歳5ヶ月まで接種可能）6日～28日までの間隔をあけて、2回接種
- 1期（追加）：4歳（7歳5ヶ月まで接種可能）1期（初回）2回終了後、11～13カ月後に1回接種
- 2期：小学4年生（9歳～13歳未満）1回接種

*特例対象者：平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの方で、1期・2期の接種が終わっていない方。
1期（初回・追加）、2期が不十分な場合は、残りの回数を接種することができます。
詳しい接種方法は、保健センターチアフルつきに問い合わせください。

★接種時の持ち物：母子健康手帳・日本脳炎の予診票

★町内で接種できる医療機関：必ず予約の電話をしてください。

【個別接種対応医療機関の接種曜日・時間】

町内医療機関名	住所	連絡先 (TEL)	接種曜日・時間						
			月	火	水	木	金	土	接種時間
あないクリニック	西八田	56-5888	●	●	●	●	●	●	平日：8:30～11:30 / 14:00～17:30 木曜：15:00～17:30 水・土曜：8:30～11:30
うえだ内科クリニック	椎田	56-0041	●	●	●	●	●	●	平日：8:00～12:30 / 15:00～17:30 木曜：8:00～12:00 土曜：8:00～12:30
片山医院	安武	52-0505	●	●	●	●	●	●	平日：10:00～12:00 / 17:30～18:30 水・土曜：8:30～12:00 *18時以降は要連絡
椎田クリニック*1	湊	56-0030	●	●		●	●	●	平日：9:00～12:00 / 13:30～17:30 土曜：9:00～13:00
二見医院	築城	52-0002	●	●	●	●	●	●	平日：10:00～12:00 / 15:00～17:30 木・土曜：10:00～12:00
宮部病院	湊	56-0038	●	●	●	●	●	●	平日：9:00～12:30 / 13:30～17:00 土曜：9:00～12:30

*1：詳細は椎田クリニックへお問い合わせください。

★福岡県定期予防接種広域化事業：かかりつけ医が町外（但し、福岡県内）の方の場合、かかりつけ医が福岡県定期予防接種広域化事業に登録している場合は、予防接種依頼書がなくても、【予約制】で接種できます。ワクチンの準備等がありますので、必ず事前に電話予約をお願いします。

★福岡県外の医療機関等で接種する場合：「予防接種依頼書」が必要ですので、接種する1週間前までに保健センターチアフルつきでの手続きが必要です。事前にご相談ください。（母子健康手帳・認め印を持参ください）。

<問い合わせ>保健センターチアフルつき（支所・内線710）

運動普及推進員の体操教室のお知らせ

運動普及推進会とは

運動普及推進員養成講座の修了者が、健康サロンなどに主張しリズム体操などを普及し体を動かすことの大切さや楽しさを伝えています。

チアフルつきにて、リズム体操などのデモンストレーションを行います。

興味のある方は、ぜひお越しください。

日時：6月12日（木）10：00～11：30

場所：保健センターチアフルつき

内容：リズム体操・脳活性化トレーニング・レクリエーションなど

持参する物：タオル・飲み物・運動シューズ

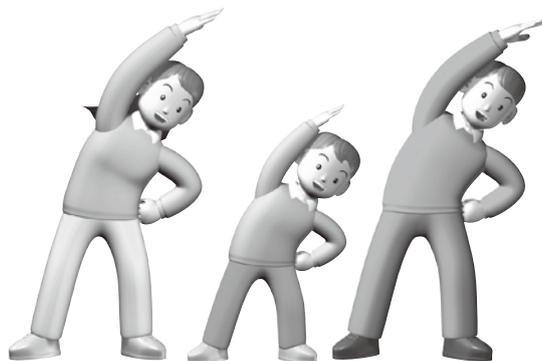
※事前申し込みをお願いします。

（当日参加もOKです。）

申込：住民課 健康増進係

（支所・内線711）まで

申込期限：6月10日（火）



食生活改善推進会

おすすめの簡単料理紹介

材料（4人分）

ジャガイモ・・・1～2個 キャベツ・・・1/4個
にんじん・・・1/2本 塩麴・・・大さじ1.5
鶏がらスープの素・・・大さじ1～2
水・・・600ml
黒こしょう・・・お好みで

作り方

- ①ジャガイモは皮をむき、4～6等分に切って水にさらして水気を切る。キャベツはざく切りにする。にんじんは小さめの乱切りにする。
- ②鍋に水、塩麴、鶏がらスープの素を入れてスープを作り、ジャガイモ、にんじんを入れて火にかける。
- ③火が通ったら、キャベツを入れて煮る。
- ④味をみながら足りなければ塩麴（しょうゆでもOK）を足して調味する。
- ⑤器に注いで、お好みで黒こしょうをかける。

キャベツとジャガイモの塩麴スープ

《城井校区推進員お勧め簡単レシピ》

