

2月21日(木)・22日(金)・23日(土)  
津山すこやか・こどもセンターで

## がん検診・特定健診を実施します

健康増進課 ☎32-2069

がん検診や特定健診を医療機関で受診する期限は1月31日(木)までとなっていますが、もうお済みでしょうか？市では、2月21日(木)～23日(土)に津山すこやか・こどもセンターで、がん検診や市国民健康保険の特定健診などを実施します。この3日間は、今年度分の受診券や減免券・無料券・がん無料クーポン券であれば有効期限にかかわらず使うことができます。受診を希望する人は、2月12日(火)までに電話で予約をお願いします。

受診できる健(検)診	対象	69歳以下	70歳以上	受付時間	
総合健(検)診	特定健診	市国民健康保険の被保険者で40～74歳の人	1,000円	500円	8:00～10:00
	高齢者健診	後期高齢者医療制度の被保険者		500円	
	肝炎ウイルス検診	40歳以上で、今まで肝炎ウイルス検診を受けたことがない人	600円	300円	
	胃がん検診	40歳以上の人	1,300円	500円	
	大腸がん検診	40歳以上の人	500円	300円	
	結核・肺がん検診	結核:65歳以上の人、肺がん:40歳以上の人	400円	200円	
乳がん検診	前立腺がん検診	50～69歳の男性	500円	—	13:00～14:00
	子宮がん検診	20歳以上の女性	1,100円	500円	
	視触診	30歳以上の女性	400円	200円	
	視触診・マンモグラフィ併用検診	40～69歳の女性	1,700円		

### ■受診券の再発行もすぐ窓口で

健康増進課窓口で特定検診と高齢者検診の受診券の再発行、乳がん・子宮がん検診の無料クーポン券の再発行や受診料の減免申請が、すぐにできます。※印鑑要(スタンプ印は不可)

### ■受診料が安い

限られた日時に集中して行うので、受診料が安くなります。

### ■すべてのがん検診を実施

すべての種類のがん検診を受けることができます。また、乳がん検診はマンモグラフィも併せて受診できます。40～50歳代は乳がんの発生率が高い年代といわれているので、特に、マンモグラフィの受診をお勧めします。

### ■託児サービスを用意

午後は託児サービスを用意しています。小さい子どもがいる人も安心して健(検)診を受診してください。



ふれあいトークの様子

とき 11月1日(木)  
テーマ 医療と健康づくり

参加者(5人) ※敬称略  
藤木茂篤(津山中央病院長)  
松尾直光(津山市医師会長)  
村上昌之(津山歯科医師会長)  
山口清美(岡山県看護協会津山支部長)  
居森英行(津山中央病院企画管理部長)

このたび、市民の皆さんと市長との新たな懇談会「市民と市長のふれあいトーク」がスタートしました。その概要をお知らせします。

# 第1回「市民と市長のふれあいトーク」を開催しました

## 高齢者の通院手段「ごんバス」の利便性アップを

**参加者** 高齢者の通院手段として「ごんバス」の果たす役割は非常に大きいので、運行ルートや運行時間など、もう少し利便性がアップすれば、高齢者ももっと助かるのではないのでしょうか。また、運行ルートや乗り換えなどについて、もっと分かりやすく、お知らせする回数も増やしていただきたいですね。

**市長** 皆さんの意見をお聞きしながら、少しずつでも利便性が上がるようにしたいですね。市民の皆さんへお知らせする機会も増やしていきたいと思っています。

## 肺炎球菌ワクチン接種費助成に感謝

**参加者** 高齢者肺炎球菌ワクチン接種費の助成が開始され、患者さんから感謝の声を多く聞いています。

## 子ども医療費の充実は定住促進策の柱の一つ

**参加者** 子ども医療費が2割負担から1割負担になり、保護者は大変助かっています。将来の国を背負う世代への施策は、子育て世代の定住促進策になり、大切ですね。

**市長** 定住促進策として、子育て支援、雇用対策、交通アクセスなどの充実が重要だと考えています。定住を促進し、人口の減少を食い止めたいですね。

## 医療スタッフの不足をどのように解決していくか

**参加者** 現在の津山市の医療体系は、同規模の自治体と比較して充実していると思います。今後、この体系を維持していくた

## 子どもの緊急時 救急車を呼ぶのはこんなとき

健康増進課 ☎32-2069

救急車は限られた台数しかありません。緊急性があり、救急車が必要なときは次のポイントを参考にして、迷わず119番通報をしましょう。

救急車を呼ぶポイント - 子どもの状態 -		
部位	顔	くちびるの色が紫色で、呼吸が弱い
	胸	激しい咳や呼吸がゼーゼーしている。呼吸が苦しそうで顔色も悪い
	頭	頭を強くぶつけた。ひどく痛がって、けいれんがある
	おなか	激しい下痢や嘔吐があり、食欲がなく、意識がはっきりしない。うんちに血が混じっている
	手足	手足が硬直している
症状	意識の障害	もうろうとしている。意識がない
	誤飲	煙草など異物を飲み込んだ
	じんましん	虫に刺されるなど、全身にじんましんが出て、顔色が悪くなった
やけど	広範囲のやけどや痛みのはりやけど	

### 普段からの心掛け4項目

- 1 日頃から子どもの健康管理に心掛けましょう  
日頃から子どもの健康状態をチェックしましょう
- 2 かかりつけ医を持ちましょう  
気軽に相談できるかかりつけ医を持ち、病気かな?と思ったら早めに受診しましょう
- 3 昼間の診療時間内に受診しましょう  
昼間の診療時間内は、検査体制や医療スタッフが充実しているので、検査や投薬などもスムーズに受けられます
- 4 医療機関でのルールや受診のマナーを守りましょう

小児救急医療電話相談 ☎ #8000  
土曜・日曜・祝日・年末年始 18:00～23:00  
平日(月～金曜) 19:00～23:00

### 参加者を募集しています

ふれあいトークは、3人から6人までのグループと市長が、ざっくばらんに市政について語り合う会です。皆さんの参加をお待ちしています。詳しくは、お問い合わせください。

秘書広報室 ☎32-2029

めには、医療スタッフ、特に看護師の確保が重要で、市と医師会が連携して「津山市版ナースバンク」を作る必要があると感じています。

看護師不足を解消するためには、休職中の看護師の掘り起こしが必要で、「研修医療センター」など、看護師の復職に役立つ施設を活用することができそうです。

**市長** 津山・英田圏域では医師も不足していると聞いています。

**参加者** 医師も不足しています。対策として、若い医師に津山市に定着してもらうための、住みやすい環境づくりが必要だと思います。

**市長** 住環境整備などに引き続き力を入れていきたいと考えています。