

予防接種

～接種に当たっては効果とリスクを考慮して
本人の判断によりお受けください～

高齢者インフルエンザ予防接種の 助成を行います

対象 接種日現在、我孫子市に住民登録をしている方で、次の①または②に該当する方

①昭和25年12月31日までに生まれた満65歳以上の方 ※昭和25年10月1日～12月31日までに生まれた方は、誕生日を迎えてからの接種となります。

②60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓、呼吸器の障害により日常生活が極度に制限される方。またはヒト免疫不全ウイルスによる重度の免疫の機能障害を有する方で、インフルエンザ予防接種を希望する方 ※意思確認ができない方への接種については、全額自己負担になります。

接種期間・場所・回数 市内契約医療機関および県外契約医療機関（JAとりで総合医療センター、宗仁会病院）は平成28年1月15日（金）まで（ただし県内の市外医療機関で接種する場合は12月31日（木）まで）、1回

自己負担額 1100円 ※生活保護および支援給付受給世帯の方は無料

接種方法 契約医療機関へ連絡の上、接種を受けてください。

持参するもの 保険証など住所・氏名・生年月日が確認できるもの、費用 ※生活保護世帯など費用が無料の方は「休日・夜間等医療受給証」または「本人確認証」。市内契約医療機関および県外契約医療機関（JAとりで総合医療センター、宗仁会病院）以外で接種を受ける場合は、接種前にご連絡ください。

☎ 健康づくり支援課 ☎ 7185-1126



平成27年度集団検診（乳がん、後期） 申し込みは11月4日（水）必着です！

日時・内容・費用 下表参照 場所 保健センター

	対象年齢	検査方法	日時	費用
乳がん	30～39歳（昭和51年4月1日～昭和61年3月31日に生まれた方）	問診と超音波検査（集団検診のみ）	11月27日（金）、12月7日（月）・14日（月）・16日（水）、平成28年1月8日（金）・22日（金）・29日（金） 午前・午後	800円
	40歳以上（昭和51年3月31日以前に生まれた方）	問診とマンモグラフィ検査		700円

費用 ①高齢受給者証または後期高齢者医療被保険者証の交付を受けている方 ②生活保護世帯等の方 ③世帯全員が市・県民税非課税の方は無料 ※③の方は、検診日の10日前までにご連絡ください。

注意 疾患などで治療・経過観察中の方はご遠慮ください。申し込み時の検診日時の希望はできません。申込者には受診券を発送しますので、必ずご確認ください。日時を変更したい場合は、健康づくり支援課（保健センター）へご連絡ください。平成26年度に集団検診（乳がん）を受診した方は5月下旬に受診券を発送済みです。

☎・☎ 住所、氏名、生年月日、電話番号、「乳がん検診」と明記し、保健センター窓口、ハガキ、封書、または電子申請（電話・ファクスでの申し込みは不可）。※1人1通（家族で同日受診を希望する場合は連名可）〒270-1132湖北台1の12の16健康づくり支援課（保健センター）☎7185-1126



▲電子申請 QRコード

募集 シルバー人材センター講座受講生

期間 11月～平成28年3月 対象 市内在住の方（年齢・性別不問）

☎・☎ 往復ハガキ。住所、氏名、年齢、電話番号、希望する講座名を明記し、〒270-1121中峠2607（公社）我孫子市シルバー人材センター ☎7188-2200

講座名	受講日	内容	定員	受講料	場所
墨絵教室	原則第1・3月（日時の変更あり） 13時30分～15時30分	水墨・墨彩画の基本から作品の裏打ちまで	先着3人	月額2000円	近隣センター こもれび
墨絵教室	第2・4（土） 13時30分～15時30分		先着5人		
書道教室	第1・3（金）13時～15時	書道の初歩から	先着5人		我孫子第一小学校 地域交流教室 ※駐車場無し
水彩画教室	①第1・3（水）13時～15時	いつでもどこでも、気軽に絵筆を持てる。自然に上達	先着5人		
	②第2・4（火）10時～12時 ③第1・3（木）10時～12時（申込時、希望日時を明記）				
木彫教室	第2・4（火） 13時30分～15時30分	実用小物、インテリア作品（基礎から応用まで）	先着3人	同センター 事務局内会議室	

◎日常生活自立支援事業

10月1日から、あびこ後見支援センターを開設します。これまでの日常生活自立支援事業に加え、成年後見にかかわる事業も行い、認知症、知的障害、精神障害などの理由で判断能力が不十分な方が、地域で安心して生活できるようサポートします。

◎成年後見制度に関する相談：成年後見制度って何？ どうやって利用すればいいの？といった制度利用へのサポート、後見の書類作成のお手伝いなどの支援を行います。

7184-11539
（社会福祉協議会内）☎

あびこ後見支援センターを開設します。高齢者や障害者の方々が安心して自立した地域生活を送るために、日常生活に必要な金銭の出し入れのお手伝いや、必要な福祉サービスが利用できるような支援を行います。

◎法人後見の受任：市民で、経済的な理由などで他に適切な後見人を得られない方の後見などを引き受けます。

◎その他：成年後見制度の普及・啓発、専門家による相談や市民後見人の育成などの事業を展開していく予定です。

あびこ後見支援センターを 開設します

10月 各種健診と健康教室

◎乳幼児の各種健診・相談・教室 ☎は予約制です。
☎ 健康づくり支援課（保健センター）☎7185-1126

項目	日程	対象・内容など
あいわせママパパ学級 ☎	3・17・31日（土）	妊娠20週以降の妊婦とその夫、ご家族の方
4か月児相談	6・13日（火）	平成27年5月生まれ
育児相談（乳幼児の育児）	14・28日（水） 21日（水）	子育て支援センター「にこにこ広場」、先着10人 保健センター
1歳6か月児健康診査	22日（木）	平成26年3月1日～20日生まれ
2歳8か月児歯科健診	1日（木） 29日（木）	平成25年1月生まれ 平成25年2月生まれ
3歳児健康診査	8・15日（木）	平成24年3月1日～4月10日日生まれ
5歳児健康診査	1日（木） 29日（木）	平成22年9月生まれ 平成22年10月生まれ
離乳食教室（4～6か月児向け） ☎	23日（金）	乳児の保護者、先着30人
後期離乳食教室（8～9か月児向け） ☎	2日（金）	平成27年1月生まれ、先着20人
食事・栄養相談 ☎	随時	全年齢対象・電話相談可

◎心の健康に関する教室
場所 保健センター
☎ 障害福祉支援課・内線421

教室名	日時
アルコール教室	2日（金）14時30分～16時
心の健康クラブ	19日（月）14時～16時

◎デイケアクラブ
時間 午前10時～11時30分
☎ 障害福祉支援課・内線381

教室名	日時
あびこ	28日（水）外出…我孫子駅集合
こほり	14日（水）湖北台東小学校

◎遊ぼうどう教室
時間 午前10時～11時
☎ 高齢者支援課 ☎7185-1112

開催日	場所
14日（水）	布佐南公園 *雨天中止
20日（火）	湖北台中央公園 *雨天中止
16日（金）	天王台西公園 *雨天中止

健康メモ 371 男性型脱毛症（AGA）

成人男性にみられる髪が薄くなる状態のことをいい、俗に若ハゲとも呼ばれています。また、英語の疾患名（androgenetic alopecia）の頭文字をとってAGAということもあります。全国で800万人の方が悩んでいるというデータもあります。多くの人は20歳代の後半からそれ以降のある時に、オデコの生え際や頭のてっぺんの髪が薄くなっていることで気が付きます。多くは進行性で、さらに広い範囲の毛が薄くなってきます。一般的に遺伝的な要素もありますが、男性ホルモンの影響などが主な原因と考えられています。治療法としては、バランスの良い食事を摂り、適度なシャンプーをし、質の高い睡眠を取るといった日常の注意も必要ですが、最近では効果的な治療法が出てきました。5%ミノキシジルと呼ばれる外用薬を塗る方法とフィナステリドという内服薬を飲む方法です。前者の薬はドラッグストアで入手できますが、後者は医療機関を受診して処方してもらう必要があります（ただし保険外）。また稀に、女性にも見られる場合があり、それには1%ミノキシジルの外用が勧められています。 岩津皮膚科医院 岩津都希雄
☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126

●休日・夜間に病気になったら：○消防署（☎7184-0119）に電話をしてください。休日・夜間救急病院、小児救急病院をご案内します。案内された病院に行く場合は、症状やけがの状態を病院に直接電話してから受診してください。※緊急の場合は迷わず「☎119」へ電話をしてください。※休日や深夜などの診察料は、割高になります。休日は日曜、祝日、年末年始