



平成23年度 香芝市保健センター行事予定表



自動車利用の方へ

保健センターでの駐車は台数に限りがありますので車でのご来所は、ご遠慮ください。

◇日時・場所・料金等に変更が生じることもありますので、広報かしば「お知らせ版」も合わせてごらん下さい。 ◇お問い合わせは保健センターへ TEL77-3965

行事	対象者	場所	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	時間・料金・内容等
骨密度測定	20歳以上	保健センター		12(木)PM						6(日)		19(木)AM			※くわしくはお知らせ版をご覧ください 無料
体力測定	20～74歳	総合福祉センター		30(月)PM 31(火)AM				14(木)PM 15(木)PM				19(木)PM 20(金)AM		15(木)PM 16(金)AM	※予約制 無料
心の相談	20歳以上	保健センター	7(木)PM 28(木)AM	12(木)AM 26(木)PM	9(木)AM 23(木)PM	14(木)PM 21(木)AM 28(木)AM		8(木)PM 22(木)AM 29(木)AM	20(木)AM 27(木)PM	10(木)AM 24(木)AM	8(木)PM 22(木)AM	12(木)PM 26(木)AM	9(木)AM 23(木)AM	8(木)PM 22(木)AM	※予約制 前日昼までに電話申込して下さい 無料
栄養相談	全市民	保健センター	28(木)	25(木)	29(木)	28(木)	26(金)	29(木)	28(金)	30(木)	26(月)	26(木)	23(木)	26(月)	※予約制・午前中 前日昼までに電話申込して下さい 無料
献血	16～64歳	香芝市役所又は総合福祉センター	15(金)			15(金)		27(火)		6(日)		18(水)			くわしくはお知らせ版をご覧ください
集団検診	胃がん検診	35歳以上 (H23年4月以降受けていない方)		17(火)★			25(月)レディース★	5(金)メンズ				23(月)★			※予約制・午前 1,000円(70歳以上無料)
	結核・肺がん検診	20歳以上 (H23年4月以降受けていない方)		17(火)AM★				5(金)AMメンズ		6(日)		23(月)AM★			※予約制 (70歳以上無料) レントゲン撮影300円 (レントゲン撮影+たんの検査800円)
	乳がん検診 (マンモグラフィ検査+視触診)	40歳以上 (H22年4月以降受けていない方)			17(金)PM		25(月)AMレディース★		5(月)PM	4(火)PM		5(月)AM	30(月)PM	13(月)PM	※予約制 40歳～49歳 2,500円 (くわしくはお知らせ版にて) 50歳以上 2,000円(70歳以上無料) 女性特有のがん検診対象者には個人通知あり
	子宮がん検診 (頸部のみ)	20歳以上 (H22年4月以降受けていない方)			17(金)PM		25(月)AMレディース★		5(月)PM			30(月)PM	13(月)PM		※予約制 (くわしくはお知らせ版にて) 700円(70歳以上無料)
歯科検診	全市民	保健センター			5(日)					6(日)		5(日)		※予約制 くわしくはお知らせ版をご覧ください 歯周病チェック・歯科相談・虫歯菌テストなど 無料	

*がん検診、肝炎ウイルス検診は生活保護世帯、非課税世帯は無料。

★印は、1歳以上のお子さんの託児あり(事前申し込み必要・定員15名) ※印は、予約制ですので必ず保健センターへお申し込み下さい。

集団レディース検診 女性のための検診です ★託児あり

・乳がん(マンモグラフィ検査・視触診)
・子宮がん(頸部のみ)
・胃がん(胃透視)

セット検診

7月25日(月) 午前中 予約制

料金: 乳がん 40歳～49歳 2,500円
50歳～69歳 2,000円
子宮がん 20歳～69歳 700円
胃がん 35歳～69歳 1,000円 (70歳以上無料)

健康づくり教室
(対象: 40～64歳)

◆運動コース
ウォーキング、ストレッチ体操など

◆栄養コース
バランスのよい食事とおいしく食べる秘訣など

◆ストレス予防コース
ストレスの予防や上手につき合う方法など

◆健口コース
歯周病の効果的な予防法と口元からのアンチエイジング体操など

くわしい日程や募集についてはお知らせ版をご覧ください。

集団メンズ検診 男性のための検診です

・胃がん(胃透視)
・肺がん(胸部レントゲン・喀痰検査(必要者))

8月5日(金) 午前中 予約制

料金: 胃がん 35歳～69歳 1,000円
肺がん 20歳～69歳 レントゲン300円
喀痰検査500円 (70歳以上無料)

私達は健康づくりのボランティア =あなたもぜひ一緒に活動してみませんか=

香芝市健康運動普及推進員

～心地良い汗を流して心も身体もリフレッシュ～

生活の中に運動を取り入れていますか? 私達はウォーキングや体操など、体に無理がなく健康づくりにつながる運動を広めていくボランティア活動をしています。

香芝市食生活改善推進員(ヘルスマイト)

～毎日の食事は、おいしく楽しく、ヘルシーに～

「私達の健康は私達の手で」を合言葉に地域で食生活改善をはじめとする健康づくりを普及啓発するボランティア活動を行っています。

ストレッチ体操普及リーダー

～健康づくりのお手伝い～

ストレッチをすると、足・膝・腰・肩が楽になります!! 毎日続けられる簡単なストレッチ・筋力トレーニングをお伝えしています。

個別検診	検診内容	対象者	料金	医療機関
	肝炎ウイルス検診	40歳以上で今までに肝炎検査を受けたことがない人	有 料	市内指定医療機関
	生活習慣病健診	25～39歳	1,000円	
	大腸がん検診	40歳以上	700円(70歳以上無料)	
	胃がん検診	35歳以上	3,000円(70歳以上無料)	県内指定医療機関
	特定健康診査	40歳～74歳 国民健康保険加入者	1,000円	
	子宮がん検診	20歳以上 (H22年4月以降受けていない方)	子宮頸部 2,000円 子宮頸部・体部 2,900円 (70歳以上無料)	
	乳がん検診 (マンモグラフィ検査+視触診)	40歳以上 (H22年4月以降受けていない方)	40歳～69歳 有料 (70歳以上無料)	

※実施期間等詳しくはお知らせ版をご覧ください。

【急な病気で困りの時は……】

香芝消防署(指令室) 電話: 76-4119(代)

●救急車を呼ぶほどの緊急性がなく、自家用車等で病院へ行かれる方は病院を照会します。

葛城地区休日診療所
(内科・小児科・歯科)

●住所: 大和高田市西町1番45号 (大和高田市保健センター1F)

●電話: 0745-22-7003

●診療日: 日曜日・祝日 (日曜日と重なる振替休日も含む) 年末年始(12/29～1/3)

●受付時間: 8:30～11:30
13:00～15:30
17:30～20:30
歯科診療は15:30まで受付

●持ち物: 保険証・各種医療証・診療費。持参されないときは全額自費となります。

橿原市 休日夜間応急診療所

●住所: 橿原市畷傍町9の1 (橿原市保健センター併設)

●電話: 0744-22-9683

●診療科目: 小児科
診察時間等はお問い合わせの上、受診してください。

●持ち物: 保険証・各種医療証・診療費。持参されないときは全額自費となります。

こども救急 電話相談

●相談日時
平日は、18時～翌朝8時
土曜日は、13時～翌朝8時
日、祝日、年末年始(12/29～1/3)は、8時～翌朝8時

●対象者: 15歳未満の子ども

●電話番号
プッシュ回線、携帯電話からは、**#8000**
ダイヤル回線、IP電話からは、**0742-20-8119**

奈良県 救急安心センター 相談ダイヤル

(救急車が病院まで迷ったら…)

——— 24時間受付 ———
相談員や看護師が電話でアドバイス

●電話番号
プッシュ回線、携帯電話からは、**#7119**
ダイヤル回線、P電話からは、**0744-20-0119**

産婦人科 一次救急体制 医療機関

休日・夜間の産婦人科の急病時、当番医療機関で受診できます。

※まず、かかりつけ医に連絡し、必要があればそこで受診して下さい。
万一、かかりつけ医がない時は、当番制の医療機関があります。

●当番医療機関 問い合わせ先
香芝消防署(指令室)
電話76-4119(代)