



# 年に一度の健康診査を利用しましょう

**対象** 岡山市内在住（御津地域、瀬崎地域、建部地域、瀬戸地域を含む）の40歳以上で、職場等で検診を受ける機会のない方（自営業者、サラリーマンの配偶者など）

- 子宮がん検診は20歳以上の女性（20歳代は偶数年齢のみ。30～65歳の方は毎年受診可。66歳以上は偶数年齢、ただし前年度未受診者は奇数年齢も受診可）
  - 乳がん検診は30歳以上の女性。（乳がんマンモグラフィ併用検診は40歳～64歳の偶数年齢。ただし51～65歳の方で年度未受診者は奇数年齢も受診可）
  - 前立腺がん検診は50歳以上の男性
- ※上記の年齢はH20年度中（H20.4.2～H21.4.1）

**期間** 6月1日から11月30日まで（各医療機関の診療時間内）

**持参品** 健康手帳、健康診査カードまたは岡山ふれあいカードでも可（持っていない方は、事前に保健所、各保健センター、西大寺支所を除く各支所、各出張所、連絡所、市民サービスコーナーで申請してください。）

**場所** 個別検診  
市内の医療機関（岡山大学病院を除く。他にも実施していないところがありますので、事前に医療機関にお問い合わせください。）

集団検診  
市内各地区を検診車で実施（詳しくは広報紙等をご覧ください。）

**料金** 医療機関（個別検診）  
胃がん検診……3,200円 大腸がん検診……1,100円 肺がん検診……900円（喀痰も実施は2,000円）  
子宮がん検診……2,100円（体部も実施は3,200円） 乳がん検診……800円（マンモグラフィ併用は2,500円）  
前立腺がん検診……900円

集団検診  
結核・肺がん検診……無料（喀痰も実施は500円） 胃がん検診……1,000円  
※集団検診については、旧岡山市地域、瀬崎地域、瀬戸地域の方のみ対象となります。  
※御津地域、建部地域の方はそれぞれ下記へお問い合わせください。

御津支所保健福祉課 TEL (0867) 24-1113  
建部支所保健センター TEL (0867) 22-2611



●今年度70歳以上（昭和14年4月1日以前生まれ）の方、65歳以上70歳未満の方で後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方は無料です。市民税非課税世帯員などの方には、事前申請により保健所などで無料券を発行します。ただし、前立腺がん検診については無料になりませんのでご注意ください。

## 健康診査 かがわかりました！

いままで行われていた岡山市基本健康診査にかわり、特定健診がはじまります。40～74歳の方は、それぞれ医療保険者（国民健康保険・社会保険・共済・組合等）が実施する「特定健康診査」を受けてください。詳しくは医療保険者にお問合せ下さい。  
岡山市国民健康保険に加入の方は、岡山市がお送りする受診券と国民健康保険証、自己負担金をもって「岡山市国民健康保険特定健康診査」をお受け下さい。

## 歯周疾患検診を かけましょう

**対象** 岡山市在住（御津地域、瀬崎地域、建部地域、瀬戸地域を含む）の30・35・40・45・50歳の方

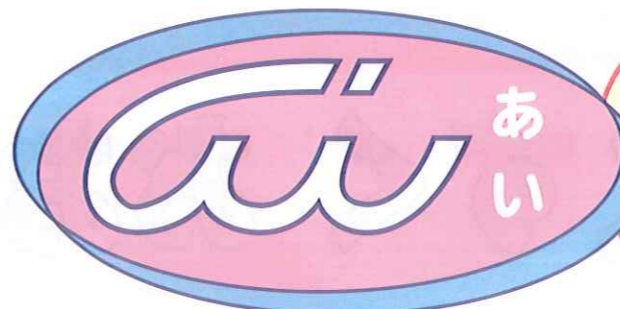
**場所** 市内の指定歯科医療機関（予約制。電話でご確認ください。）

## 肝炎ウイルス検査

特定健診等を受診された方のうち、40歳の方および、肝機能異常を指摘された方は、市内の医療機関（岡山大学病院を除く。他にも実施していないところがありますので、事前に医療機関にお問い合わせください。）で検査が受けられます。料金は500円～1700円で健康手帳と健康診査カードをご持参ください。

- 40歳以上で生活保護を受給されている方は無料で健康診査・がん検診が受けられますので担当福祉事務所へお問合せください。
- 各健診（集団検診を含む）は、年1回ずつ受診できます。（肝炎ウイルス検査はH14～H20年度中1回のみ）。同じ健診を2回以上受診された場合、実費を全額支払っていただく場合があります。

お問い合わせ先：岡山市保健所健康づくり課 TEL(086)803-1263



健康で豊かな生活をめざす  
愛育活動の情報誌

発行/岡山市愛育委員協議会  
事務局/〒700-8546 岡山市鹿田町1-1-1  
岡山市保健福祉会館2階  
TEL.086-803-1263 FAX.086-803-1758

2008.6  
31



## 愛育委員会は 子育て応援中です



こもだちの輪  
広がるよ!

おやこクラブは、岡山市内の小学校区に、ほぼひとつずつあります。現在、加入率は2割程度で、約2800人の保護者のみなさんと子供たち3200が、クラブに入って活動しています!



あ い と ー く

子育ての支援は、愛育の原点です。少子化が叫ばれる昨今、安心して子育てができる環境づくりのお手伝いをこれからも続けて行きます。



# のびのび すすくすく おおきくなーれ!

## 地域でまもろう! いのち ちいさな いのち

いのちを育む授業

今、子ども達をとり巻く社会は、「いのち」が大切に扱われていない憂うべき現状です。また、核家族化・少子化・地域のつながりの希薄化などから、乳幼児に接したり、世話をする機会がないままに、大人や親になる若者が増えています。

そこで、義務教育の最終学年の子ども達に、いのちについて向き合い、考えてもらうために保健所・教育委員会・学校で、中学生と赤ちゃん・保護者とが触れ合う「いのちを育む授業」が設けられました。そして、今も将来も自分や他人のいのちや存在を大切にしたい生き方をしてもらえるように計画・実施されました。

愛育委員は、アドバイザーとして他のボランティアの人達と一緒に、中学生が赤ちゃんをだっこしたりあやしたりするときのサポートをしました。



赤ちゃんって、やわらかくて、ふわふわしているな

中学生が赤ちゃんを抱っこ

こんにちは 赤ちゃん訪問

生後4ヶ月までの赤ちゃんが対象で今年度後半からスタートする予定です。

岡山市では、赤ちゃんのいる家庭を、研修を受けた愛育委員が絵本をもって訪問し、子育ての不安や悩みを聞いたり、情報を伝えたりします。地域で子育てを応援していきます!!



身体測定

岡山市では、年10回乳児(0~12ヶ月)を対象に、身長・体重などの測定をしたり、保健師による育児の相談をしています。

子育て中の、お母さんたちの出会いの場として、とても大切な時間です。愛育委員は、受付・計測・託児などのお手伝いをしています。

お母さんと赤ちゃんが「はじめまして、こんにちは!」と顔見知りになれるきっかけになれば幸いです。これを機会に、地域の中でも互いに声をかけ合っていきたいものです。

赤ちゃんすこやか相談



中学生と保護者の交流



バックに入れてすてきな絵本を2冊お届けします!



待ち時間の絵本の読み聞かせ体験

チェック!

\*すこやか相談は8月と1月お休みです。(祝日・振替休日も)

\*相談日時・会場は、地区によって違います。詳しい事は、地区愛育委員におたずね下さい。

\*親子手帳(母子健康手帳)を持参して下さい。

赤ちゃんの目を見て、語りかけながら授乳してね。

赤ちゃんも、お乳を飲みながら、お母さんを見つめていますよ!



### 愛育活動 ア・ラ・カルト



健康市民おかやま21実践交流会(H20.3.9)



20年度総会(H20.4.23)

### たんぽう あい探訪



#### 馬屋下地区

私達の愛育委員会は、地域に密着した活動を心がけております。

そのひとつに、おやこクラブとの交流会があります。毎年、6月には歯の健康について歯科衛生士さんより模型を使用した歯磨きとフッ素洗口のしかたを学んでいます。今年の2月には料理教室を開き、栄養士さんから子どもの発育に必要な食育の話を聞き料理を作り、皆でおいしくいただきました。

これからも、赤ちゃんから高齢者まで地域の人々のお役に立てるよう頑張ります。



「おやこクラブとの交流会」

#### 鯉山地区

鯉山地区愛育委員会は、30年前から児島湖汚濁防止に、家庭廃油を使っての固形石けんづくりに取り組んできました。靴下・食器洗剤・風呂洗いに使い、良く落ちて手荒れもなく好評です。

おやこクラブと一緒に環境浄化のビデオを見て勉強し、合成洗剤と石けんの違いを知ってもらいました。そのあとで、石けんづくりの体験をしました。

また、鯉山小P.T.A.・幼稚園P.T.A.等からも指導を頼まれ、毎年、石けんづくりの実習をして喜ばれています。



「石けんづくり」