

楽しく長生きできるために お酒との付き合い方講演会

無料

“適度”な飲み方ができなくなると、心身の病気や生活問題などさまざまな問題を引き起こす可能性があるお酒。この機会に、お酒による心と体の影響について学び、健康につなげてみませんか。

- ▶日時 9月22日(土) 午後1時半～3時 (受付:午後1時～)
- ▶場所 ウェルパルクまもと1階大会議室
- ▶演題 「楽しく長生きできるお酒との付き合い方」
- ▶講師 真栄里 仁さん(久里浜医療センター 精神科医)
- ▶対象 市内に住むか通勤・通学する方
- ▶定員 200人(先着順)
- ▶申込み 9月5日から電話(☎334-1500)かインターネット(<http://higomaru-call.jp/>)でひごまるコールへ

※駐車場に限りがあります。公共交通機関をご利用ください。

詳しくは、こころの健康センター(☎362-8100 平日午前9時～午後4時)へ。

依存についてお困りではありませんか

アルコールや薬物・ギャンブルなどの依存に伴う問題に対応するために、以下の事業を行っています。

①依存症個別相談(月1回)

- ▶対象 依存症に悩む本人、家族
- ▶場所 ウェルパルクまもと3階
- ▶申込み 電話でこころの健康センター(☎362-8100)へ

②依存症家族教室

- ▶日時・内容
 - ・9月4日(火) 午後6時半～8時半 講師:熊本ダルク
 - ・9月18日(火) 午後1時半～3時半 学習会『家族の対応』
- ▶対象 依存症に悩む家族
- ▶場所 ウェルパルクまもと1階

③依存症当事者グループミーティング(月2回)

- ▶対象 依存症に悩む本人
- ▶場所 ウェルパルクまもと3階

【②③共通】

- ▶申込み 初めてのの方はまずお電話ください
詳しくは、こころの健康センター(☎362-8100 平日午前9時～午後4時)へ。

講演会－ひきこもりについて－

無料

- ▶日時 9月30日(日) 午前10時～11時半
- ▶場所 ウェルパルクまもと1階大会議室
- ▶演題 ひきこもりの理解と支援
- ▶講師 山川 あゆ美さん(メンタルクリニック 保田窪 精神保健福祉士)
- ▶対象 演題に興味・関心のある方
- ▶定員 100人(先着順)
- ▶申込み 9月5日～26日まで電話でひきこもり支援センター「りんく」(☎366-2220 平日午前9時～午後4時)へ
詳しくは、ひきこもり支援センター「りんく」ホームページ(<http://www.kumamoto-link.com/>)へ。

小児療育に関するシンポジウムの 受講者募集

無料

障がいのある子どもたちが安心して暮らせるための対応について、それぞれの立場からお話しします。

- ▶日時 10月13日(土) 午後2時～4時半
- ▶場所 熊本市医師会館(中央区本荘3-3-3)
- ▶演題 「地域における小児療育にもとめられること ～言語発達障害に関わるそれぞれの立場から～」
- ▶講師 緒方 健一さん(おがた小児科内科医院 理事長)
(シンポジスト)
吉良 直子さん(歯科医師)
井崎 基博さん(熊本保健科学大学言語聴覚学准教授)
丸内 春美さん(言語聴覚士)
下田 祐輝さん(言語聴覚士)
- ▶定員 400人(先着順)
- ▶申込み 9月5日から電話で熊本市医師会事務局(☎362-1221 平日午前9時～午後5時)へ
(健康づくり推進課 ☎361-2145)

ひきこもり家族教室

- ▶日時 9月28日(金) 午後1時半～3時半
- ▶場所 ウェルパルクまもと3階会議室301・302
- ▶対象 ひきこもりのことでお悩みの家族
- ▶申込み 初めてのの方は事前面談が必要(要予約)
詳しくは、ひきこもり支援センター「りんく」(☎366-2220 平日午前9時～午後4時)またはホームページ(<http://www.kumamoto-link.com/>)へ。

けんこう

がんピアサポートセミナー 「知ってほしい がんサロンのこと」

無料

- ▶日時 9月8日(土) 午前10時～午後1時 (受付:午前9時半～)
- ▶場所 ウェルパルクまもと大会議室
- ▶内容 役に立つ情報あれこれ、がんサロンの紹介、がんサロンの講演「がんの治療に伴う外見変化への支援」～あなたらしく生活するために～ (講師:坂口 まみさん(熊本大学医学部 附属病院緩和ケアセンター))
- ▶対象 がん患者、家族、がんサロンに関心がある方
- ▶申込み 当日直接会場へ
詳しくは、熊本大学医学部附属病院がん相談員サポートセンター(☎373-5558)へ。
(医療政策課 ☎364-3186)

国保特定健診・後期高齢者健診

- ▶期日 10月20日(土)、27日(土)
- ▶場所 JA熊本市 小山戸島支店 (東区戸島5丁目2-32)
- ※20日(土)は胃がん検診も同時に受診できます。※市内約400か所の実施機関でも受診できます。
- ▶対象 国保加入中の40歳以上の方、後期高齢者医療保険加入者
- ▶費用 国保の方:1,000円(前年度住民税非課税国保世帯は無料)、後期高齢の方:800円
- ▶持参物 国保特定健診受診券(黄色)または後期高齢者健診受診券(紫色)、健康保険証
- ※受診券の申込み、再発行はひごまるコール健診専用(☎334-1507)へ。
- ▶申込み JA熊本厚生連(☎328-1260)へ。(事前申込みした方が優先に受診できます。)
- 詳しくは、国保年金課(☎328-2280)へ。

糖尿病教室

無料

- ▶日時 9月11日(火) 午後2時～3時半
- ▶場所 市民病院新館2階外来前待ち合い広場
- ▶内容 1.糖尿病腎症 (腎臓内科 宮中 敬)
2.糖尿病とがん(代謝内科 樋川 岩穂)
- ▶申込み 当日直接会場へ
(市民病院内科外来 ☎365-1711)

富合地区で行う集団健診の申込みを開始します！

- ▶健診日 11月21日(水)
- ▶場所 雁回館(南区役所横)
- ▶申込み 9月13日～10月5日までに電話でひごまるコール健診専用(☎334-1507)へ

健診(検診)項目	対象者(平成31年3月31日時点の年齢)	自己負担金	
特定健診※1	国保加入の40～74歳の方※2	1,000円※3	
後期高齢者健診※1	後期高齢者医療に加入の方	800円	
がん検診※4	肺がん検診	40歳以上の方 40～64歳:300円 65歳以上:200円	
	喀痰細胞診	肺がん検診の問診(喫煙歴)により必要と認められた方	500円
	胃がん検診	40歳以上の方	1,000円
	大腸がん検診	40歳以上の方	300円
その他※5	乳がん検診	40歳以上の偶数年齢の女性	40歳代1,500円 50歳以上1,100円
	腹部超音波検診	19歳以上の方	3,560円
	前立腺がん検診	40歳以上の男性	1,650円
	骨粗鬆症予防検診	19歳以上の方	1,940円

- ※受けたい健診を選び、保険証をご準備の上お電話ください。
- ※健診日程および会場が変更になる場合がありますので、後日お送りする問診票をご確認ください。
- ※富合地区以外の市民の方も申込みできます。



- ※1 生活保護受給世帯の方の「生活保護受給者等健康診査」については、別途、保護課から6月頃に案内していますので、個別に医療機関での受診をお願いします。(がん検診は申込みできます)
- ※2 国保以外の保険の被扶養者の方も受診できます(一部を除く)。ご加入の医療保険者へ問い合わせください。
- ※3 平成29年度市民税非課税国保世帯の方は無料。年度途中加入者は除く。(非課税証明書は不要)
- ※4 がん検診については、生活保護および市民税非課税世帯の方は、一定の証明書を提示することにより、自己負担金が免除になります。詳しくは、申込み時に問い合わせください。
- ※5 検診機関が独自で実施する検診です。

詳しくは、がん検診は健康づくり推進課(☎361-2145)、国保特定健診・後期高齢者健診は国保年金課(☎328-2280)へ。