

9月10日～16日は自殺予防週間

■パネル展示

期 9月9日(月)～13日(金) 場 市庁舎1階ロビー 内 自殺予防に関するパネルを展示 問 精神保健福祉室 (☎361-2293)

■くらしとこころの悩みの相談会

無料

日 9月27日(金) 午後1時半～7時半 場 ウェルパルクまもと3階 内 精神科医師・弁護士・臨床心理士・生活自立支援センター・ハローワークなどによる相談 定 30人(予約制・先着順・初めての方優先) 対 市内に住む方 申 9月9日から電話でこころの健康センター(☎362-8100 平日午前9時～午後4時)へ

■こころの健康相談電話の時間を延長

日 9月9日(月)～13日(金) 午前9時～午後7時 内 期間限定で自身や家族のこころの悩みについての電話相談の受付時間を延長 ※通常は午後4時まで 問 こころの健康センター(☎362-8100) (精神保健福祉室 ☎361-2293)

ひきこもりのことでお悩みではありませんか(9月)

①ひきこもり家族教室

無料

日 9日(月) 午後1時半～3時半 場 ウェルパルクまもと3階 内 ひきこもりのことで悩みを抱える家族が思いを語り、理解を深める 題 ポジティブコミュニケーション&座談会 対 ひきこもりのことでお悩みの家族 申 初めてのの方は事前面談の予約が必要

②ひきこもり出張型支援

無料

期 東区4日/南区11日/西区18日/北区25日 場 区役所 対 ひきこもりのことでお悩みの本人または家族 申 初めてのの方は事前に予約が必要

【①②共通】 問 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)へ電話またはホームページ(<http://www.kumamoto-link.com/>)へ (こころの健康センター ☎362-8100)

依存についてお困りではありませんか

内 アルコールや薬物・ギャンブルなどの依存に伴う問題への相談窓口

①依存症個別相談(月1回)

対 依存症に悩む本人、家族 申 電話

②依存症家族教室(9月)

日 3日(火) 午後6時半～8時半 師 熊本ダルク/ 日 17日(火) 午後1時半～3時半 内 学習会「家族の対応」 対 依存症に悩む家族

③依存症当事者グループミーティング

期 月2回。日程は要問い合わせ 対 依存症に悩む本人

【共通】 場 ウェルパルクまもと 申 ②③は、初めてのの方はまずお電話ください

い 問 こころの健康センター(☎362-8100 平日午前9時～午後4時)

市民健康フェスティバル 無料

日 9月29日(日) 午前10時～午後4時(午前9時半から開会式) 場 市総合体育館(大体育室)・青年会館 内 【測定・体験コーナー】血管年齢測定、認知症検査、体脂肪測定、妊婦体験、随時血糖検査[午前・午後各50人(先着順)。整理券配布(午前9時～/午後1時～)]など【相談コーナー】医師や専門職が目、歯科、薬、妊産婦、栄養等に関する相談を受付【在宅ケアの相談・紹介コーナー】介護用品展示、家庭での介護方法紹介など ※特典1.スタンプラリーで素敵な商品が当たる(先着600人)2.香り付きアロマストーン作成体験(先着400人)

■関連シンポジウム

無料

期 9月21日(土) 場 熊本市医師会館2階講堂(中央区本庄3丁目3-3)

【第1部基調講演】 時 午後2時～3時 題 「小児の在宅医療」 師 小篠 史郎さん(熊本大学病院小児在宅医療支援センター特任講師)

【第2部シンポジウム】 時 午後3時10分～4時半 題 「元気なうちから知っておきたい在宅医療」 師 山田 佳央(熊本県臨床工学技士会会長)／(シンポジスト)野村 和史さん(熊本中央病院腎臓科部長)、堺 美郎さん(済生会熊本病院臨床工学部門係長)、鳥越 沙綾さん(熊本地域医療センター臨床工学部主任)、後藤 祐太郎さん(フクダライフテック)

定 400人(先着順) 申 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)

結核は過去の病気ではありません～予防、早期発見、適切な治療が大切～

9月24日～30日は結核予防週間です。結核に関心を持ち、正しい知識を身につけましょう。

■結核ってどんな病気？

結核菌によって主に肺に炎症を起こす病気です。現在も、わが国最大級の感染症であり、本市では65歳以上の方の発病が80%以上を占めます。

■結核の症状は？

長引く咳や、痰がでる、微熱が続くなどですが、明らかな症状がないこともあります。症状が続くときには、早めに医療機関を受診しましょう。

■結核から身を守るには？

【日頃からの心がけが大切】「バランスのとれた食事」「睡眠」「適度な運動」を心がけ、免疫力を落とさないようにしましょう。

【年に1回は胸部X線検査を】早期発見し治療すれば、症状も軽く、他人へ感染させる機会も減ります。定期的に健康診断を受け、胸部X線検査で結

核の兆候がないか確認しましょう。

【結核相談と胸部検診のご案内】

日 9月26日(木)、27日(金) 各午後1時半～3時半 場 感染症対策課 内 市内に住む方 申 当日直接会場へ 問 感染症対策課(☎364-3189) ※胸部X線検査を希望する方は、着脱しやすい服装でお越しください。金具やボタン、プリント柄等が入っていない無地のTシャツは、着衣のまま検査可能です。妊娠中および可能性のある方は、原則検査を受けることができません。(感染症対策課 ☎364-3189)

ヘルプカードを知っていますか？



ヘルプカードとは、外見から分かりにくい障がいのある方などが、周囲の人に配慮や支援を必要としているこ

とを伝えるためのカードのことで、多くの方が活用しています。

カードを持っている方が困っているときには、あなたにできる配慮や支援を行いましょ。

※カードは障がい保健福祉課、区役所福祉課、総合出張所、熊本市障がい者相談支援センター等に設置。ホームページからのダウンロードも可。(障がい保健福祉課 ☎328-2519)

希望荘パソコン講座(下半期10月～3月)受講生募集

期 第2・第4木曜日 時 午後1時～3時 場 希望荘 内 市内に住む障がいのある方 定 6人(抽選) 申 9月5日～21日に障がい者福祉センター希望荘へ ※電話申込不可。申込書は希望荘で配布または希望荘ホームページ(<http://kibousou.com/>)でダウンロード可。

詳しくは電話またはファクス(364-5309)で障がい者福祉センター希望荘(☎371-5533)へ。

(障がい保健福祉課 ☎328-2519)

富合地区集団健診の申し込みは9月12日～

- 期 日 11月13日(水)
 - 場 所 雁回館(南区役所横)
 - 申込期間 9月12日～10月5日
 - 申込先 電話でひごまるコール健診専用(☎334-1507)へ
- ※保険証を準備の上、受診される検診を申し込みください。
※健診日程および会場が変更になる場合があります。

健診(検診)項目	対象者(2020年3月31日時点の年齢)	自己負担金	
特定健診※1	40～74歳の熊本市国保加入者※2	1,000円※3	
後期高齢者健診※1	後期高齢者医療加入者	800円	
がん検診※4	肺がん検診	40歳以上 300円 (65歳以上200円)	
	喀痰細胞診	肺がん検診の問診(喫煙歴)で必要と認められた方	500円
	胃がん検診(胃部X線検査)※5	40歳以上	1,000円
	大腸がん検診	40歳以上	300円
その他※6	乳がん検診	40歳以上の偶数年齢女性	1,500円 (50歳以上1,100円)
	腹部超音波検診	19歳以上	3,630円
	前立腺がん検診	40歳以上男性	1,680円
	骨粗鬆症検診	19歳以上	1,980円

- ※1 生活保護受給世帯へは、別途、6月に保護課から案内を郵送。個別に医療機関で受診ください。(がん検診申込可)
- ※2 国保以外の保険の被扶養者も一部を除き受診可能。
- ※3 平成30年度市民税非課税国保世帯の方は無料。(年度途中加入者除く。証明書不要)
- ※4 がん検診のみ、70歳以上の方は自己負担金免除。生年月日を確認できる証明書(健康保険証等)を持参ください。また、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と自己負担金が免除になります。詳しくは、申込時に確認ください。
- ※5 50歳以上の偶数年齢の方は、胃部X線検査または胃内視鏡検査(指定医療機関にて自己負担金3,000円)のいずれか一方を受診可能。
- ※6 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)へ。国保特定健診、後期高齢者健診は国保年金課(☎328-2280)へ。

日=日時 期=期日、期間 時=時間 場=場所 内=内容 題=演題 師=講師 出=出演 対=対象 定=定員 費=費用 持=持参物 申=申込 問=問合わせ先

クラス
CRAS
お家づくりは、家計から。
熊本県知事免許(6)第3807号
株式会社みらいコンシェルジュ
〒860-0823
熊本県熊本市中央区世安町361-2
営業時間/10:00-18:00 定休日/水曜
電話/096-284-5033

HPからも無料相談、査定の予約ができます。
サービスや売買取引事例も公開中!

<https://cras-life.com>
CRAS 熊本 検索

熊本県内全エリア クラス
CRAS 熊本店 **みらいコンシェルジュ**と申します。
売却不動産大募集中!

土地 戸建 マンション 収益物件

お問い合わせいただければすぐに現地へ駆けつけ、その場で査定・即日買取も可能です。相場を把握しているため高価格で買取ります。

お問い合わせ ☎096-284-5033

相談・査定 無料!
即日買取が可能!

お気軽に
お電話ください!

宅建建物取引士 中澤 和則

弊社は、FP(ファイナンシャルプランニング)をメインとした不動産会社です。
新築・中古・戸建・マンション問わず、毎日多くのお客様がお家の購入の相談にいらしゃいます。

**売却後の資産運用も
お任せください!**
住宅を買うときも、売るときも、無理のない資金計画を分析アドバイスいたします。
ファイナンシャルプランナー 高見 孝博

**建築会社・ハウスメーカー
50社以上と提携**
おかげさまで提携建築会社様も多く、お客様の土地探しの依頼も絶えません。
ファイナンシャルプランナー 米村 勇輝