5月31日は世界禁煙デー ～薬局で禁煙相談ができます！～

「禁煙支援薬局」では禁煙方法や禁煙補助薬の正しい使い方などを無料で相談できます。禁煙をお考えの方は、禁煙支援薬局へお気軽にお問い合わせください。詳しくは、市ホームページへ。

（健康づくり推進課　☎328-2145）

5月は「孤独・孤立対策強化月間」

地域のつながりが希薄化する中、孤独・孤立に関する問題が全国的に顕在化しています。

本市ではこうした課題を解決するため、令和4年度に本市で支援活動を行っている民間団体（18団体）と「熊本市孤独・孤立対策官民連携プラットフォーム（孤独・孤立対策PF）」を設置し、行政と民間で力を合わせて支援を行っています。令和6年度には新たに参画団体を拡大し、令和7年3月現在で34団体が参画しています。孤独・孤立でお悩みの方は、「熊本市孤独・孤立対策PF」参画の団体に相談ください。

（健康福祉政策課　☎328-2340）

ハンセン病市民学会 第19回総会・交流集会in熊本開催

日5月10日（土）午前10時半～午後5時半、5月11日（日）午前9時半～午後3時 場県内各所 申当日参加可（一部プログラムは事前申し込み制） 費4,000円（学生無料） ※希望者には別料金のプログラムあり。問開催地実行委員会（☎322-2515）

（健康福祉政策課　☎328-2340）

麻しん風しん（MR）混合の定期予防接種を受けましょう 無料

2期の対象の方には、通知はがきを送付します。1期の対象の方は個別の通知は行いませんので1歳になったら早めに接種しましょう。

区分	対象	接種期間
MR 1期	1歳の方	2歳の誕生日の前日まで
MR 2期	平成31年4月2日～令和2年4月1日に生まれた方	来年3月31日まで

●MRワクチンの供給不足により、以下の方は公費で接種できる期間が延長となりました。

区分	対象	接種期間
MR 1期	令和6年4月1日～令和7年3月31日に2歳になった未接種の方	令和9年3月31日まで
MR 2期	平成30年4月2日～平成31年4月1日に生まれた方で未接種の方	令和9年3月31日まで

場市指定医療機関（市外で接種する場合は、事前手続き要） 持親子（母子）健康手帳

指定医療機関など詳しくは、市ホームページまたは電話でひごまるコール（☎334-1500）へ。

問感染症予防課予防接種相談電話（☎372-0700）

（感染症予防課　☎364-3189）

妊娠を希望する女性などの風しん予防接種の費用助成

生まれてくる赤ちゃんを先天性風しん症候群から守るため、風しん抗体価が低い方に風しん予防接種の費用を助成します。

【対象者】妊娠を希望する女性とそのパートナーなどの同居者で、風しん抗体価がHI法で16倍以下またはEIA法で8.0未満の方 **【対象予防接種】**4月1日～来年3月31日に接種した風しんワクチンまたは麻しん風しん混合（MR）ワクチン ※申請期限は来年3月31日必着。**【助成額】**4,000円を上限とし、対象者が負担した額 **【申請に必要な書類】**助成申請書兼請求書、予防接種の領収書、風しん抗体検査の結果が記載された書類、振込希望先の口座番号などが確認できるもの

※助成申請書および請求書は、感染症予防課窓口での配布および市ホームページからダウンロード可。

詳しくは、感染症予防課（☎364-3189）へ。

一生に一度は肝炎ウイルス検査を受けましょう 無料

感染していても自覚症状がないことが多いため、本人が気づかないうちに肝硬変や肝がんへ移行することが問題になっています。下記の【検査を推奨される方】に該当される場合は、この機会に検査を受けてみませんか。

場本市の肝炎ウイルス検査実施医療機関 対本市に住民登録があり、今までに肝炎ウイルス検査を一度も受けたことがない方 持マイナ保険証、運転免許証など 申直接医療機関へ

【検査を推奨される方】

- 健康診断の肝機能検査でAST（GOT）、ALT（GPT）値の異常を指摘された方
- 輸血や大きな手術を受けたことがある方
- 家族に肝炎ウイルスキャリア（保有者）または肝がんの患者さんがいる方
- 入れ墨（タトゥー）を入れたり、医療機関以外でピアスの穴をあけたことがある方 など

医療機関など詳しくは、市ホームページへ。

（感染症予防課　☎364-3189）

発達障がいに関する出張相談 無料

日北区：5月15日（木）午前10時～午後1時、東区：6月5日（木）午前10時～午後1時 場区役所 対発達障がいでお悩みの小学生以上の方またはその家族 申電話またはホームページ（http://www.kumamoto-minawa.com/）で発達障がい者支援センター「みなわ」（☎366-1919）へ

（こども発達支援センター　☎366-8240）

あんま、はり、きゅう施術費を助成します

対熊本市国民健康保険または後期高齢者医療保険の被保険者 費1回につき1,000円（2,500円以上の保険適用外の施術に限る） **【助成回数】**1日1回 1年間（4月～翌年3月）に45回まで **【助成方法】**本市から施術所に助成額を支払います。対象者は施術料金から助成額を引いた金額を施術所にお支払いください **【申請に必要なもの】**マイナ保険証、資格確認証、資格情報のお知らせ、保険証 申市指定の施術所へ

詳しくは、熊本市こくほ・こうきコールセンター（☎326-5900）または市ホームページへ。

（国保年金課　☎328-2290）

こころの健康づくり講演会 無料

■講話「やめたいけどやめられない依存症、回復への本人と家族の取り組み～アルコール・薬物・ギャンブル・買い物・窃盗など～」

日6月28日（土）午後1時～2時45分 定60人（先着順）

■「座談会～西川先生に聞いてみよう！～」

日6月28日（土）午後3時～4時半 対依存症の問題に悩む家族 定10人（先着順）

【共通】場中央公民館7階ホール 師西川 京子さん 申5月28日～6月20日に電話（☎334-1500）またはホームページ（higomaru-call.jp）でひごまるコールへ

（こころの健康センター　☎362-8100）

ひきこもりについてお悩みではありませんか

①ひきこもり家族教室

日5月12日（月）午後1時半～3時半 場ウェルパルくまもと 題アサーション・トレーニング（仮） 師ひきこもり支援センター職員 対ひきこもりのことでお悩みのご家族 申初めての方は事前面談の予約が必要

②ひきこもり出張型支援

期東区：5月7日（水）、南区：5月14日（水）、西区：5月21日（水）、北区：5月28日（水） 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 申初めての方は要事前予約

詳しくは、熊本市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/）で確認ください。

（こころの健康センター　☎362-8100）

城南地区 集団健診の申し込みを4月23日から開始します。申し込みはひごまるコールへ

健診日程　9月4日（木）～5日（金）、9月10日（水）～15日（祝）（予定）

健診場所　火の君文化センター（予定）

※健診日程および場所は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確認ください。

検査項目名	対象者（令和8年3月31日時点の年齢）	自己負担金	総合健診	セレクト健診
特定健診※1	熊本市国保加入の40～74歳の方※2	1,000円※3	●	●
後期高齢者健診※1	後期高齢者医療保険に加入の方	800円		
肺がん検診※4（結核検診含む）	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※4（胃部X線検査）	40歳以上の方	1,000円	●	●
大腸がん検診※4		300円	●	●
乳がん検診※4	40歳以上の偶数年齢の女性の方	40歳代（2方向）：1,500円 50歳以上（1方向）：1,100円	●女性のみ	
子宮頸がん検診※4	20歳以上の偶数年齢の女性の方	1,000円	●女性のみ	
腹部超音波検診※5	19歳以上の方	4,000円	●	●
前立腺がん検診※5	40歳以上の男性の方	2,000円	●男性のみ	
骨粗鬆症検診※5	19歳以上の方	2,100円	●	

お電話の際は、「総合健診」「セレクト健診」のうち希望するメニューをお伝えいただくとスムーズです。（個別に選択して申し込むことも可）

詳しくは、がん検診は健康づくり推進課（☎328-2145）へ。
国保特定健診、後期高齢者健診は国保年金課（☎328-2289）へ。

申込　4月23日～7月3日にWebまたは電話でひごまるコール健診専用（☎096-334-1507）へ

※受けたい健診を選び、保険証、資格確認書または資格情報のお知らせを準備の上お電話ください。

校区	申込期間（目安）
豊田	4月23日～5月20日
隈庄	5月21日～6月11日
杉上	6月12日～7月3日

※健診対象者が多く回線の混雑が予想されるため、申込期間（目安）を設定しています。城南地区以外の方も申し込み可。

※1　生活保護世帯の方の「生活保護受給者等健康診査」については、別途、保護管理援護課から5月ごろにご案内しますので、個別に医療機関で受診してください（がん検診は申し込み可）。

※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）。加入する医療保険者へ問い合わせください。

※3　令和6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。

※4　がん検診については、70歳以上は無料です。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ことにより、自己負担金が免除になります。詳しくは、申し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。

24時間便利で簡単！ Web申し込みがおすすめ