

健康診査

①～⑧は健康増進課☎803-8005へ
⑨は保険医療課後期高齢者医療係☎823-9380へ ⑩は保険医療課給付係☎823-9359へ

検診種目	対象者	自己負担金
①胃がん検診(集団検診)バリウム検査(個別検診)胃内視鏡検査	40歳以上の方 50歳以上の方(※1)	700円 3,300円
②大腸がん検診(集団検診・個別検診)	40歳以上の方	無料
③胸部検診(集団検診のみ)(65歳以上は結核検診)	40歳以上の方	無料
④乳がん検診(個別検診)	40歳以上の女性(※1)	40歳代 1,350円 50歳以上 1,050円
(集団検診)	40歳以上の女性(※1)	40歳代 900円 50歳以上 800円
⑤子宮頸がん検診	20歳以上の女性(※1)	集団検診 600円 個別検診 1,200円
⑥女性健診(集団検診のみ)	20～39歳の女性(託児あり)	1,400円
⑦成人歯周病検診	年度内に40歳、50歳になる方	無料
⑧健康増進法健診	40歳以上の生活保護受給者	無料
⑨後期高齢者健診	後期高齢者医療制度加入者	無料(※2)
⑩高知市国保の特定健診	令和元年度中に40～74歳になる高知市国保加入者	無料(※2)

各検診とも、年度内に1回受診できます。
 ※1 胃内視鏡検査による胃がん検診、子宮頸がん検診、乳がん検診は、2年に1回の受診となります。胃内視鏡検査による胃がん検診を受診した翌年度は、胃がん検診を受診することはできません。
 ※2 今年度の受診券は6月上旬に発送しました。4月以降に加入した方や、今年度75歳になる方で受診希望の方はご連絡ください。
 ●自己負担金は、生活保護等受給中の方・市民税非課税世帯の方は無料になります。申し込み時にお知らせください。
 ●高知家健康パスポート用ヘルシーポイントシールを健診結果通知に同封します。
 ●健診結果の見方などの相談は保険医療課管理係☎823-9358へ。来所相談者にはヘルシーポイントシールを提供します。

1月 集団検診

申し込みは**12月10日(火)8時半**から健康増進課☎803-8005へ(12時～13時を除く)

申し込みは電話で。ただし、聴覚・言語障害のある方はファクス(823-8020)、郵送での申し込みも可能ですので、ご連絡ください。専用の申込用紙を送付します。検診種目ごとに定員に達し次第締め切ります。

(検診日の受付時間)①8:30～10:30 ②9:00～10:30 ③13:30～14:30 ④13:30～15:30

検診日	会場	胃	大腸	胸部	乳	子宮
1/17(金)	保健福祉センター(塩田町) 高知県総合保健協会(棧橋通)	①	①	①		
18(土)	保健福祉センター	①	①	①		
21(火)	東部健康福祉センター(葛島4丁目)	①	①	①	④	④
27(月)	西部健康福祉センター(鴨部)	②	②	②	④	④
30(木)	保健福祉センター	①	①	①		
31(金)	保健福祉センター 高知県総合保健協会	①	①	①		

●郵送による大腸がん検診

希望者に受診票・採便容器・返信用封筒を送り、採便した検体を郵送で提出していただく検診です。
【対象者】 40歳以上の方で平成31年4月1日以降、大腸がん検診未受診の方 **【自己負担金】** 無料
【申込期間】 12月3日(火)～令和2年2月14日(金) **【申込先】** 市コールセンター☎822-8111(受付時間は9時～19時、年中無休)

40歳・50歳の方を対象に成人歯周病検診を無料で実施しています

今年度、40歳(昭和54年4月2日～昭和55年4月1日生まれ)、50歳(昭和44年4月2日～昭和45年4月1日生まれ)の方を対象に市内の歯科医院にて、令和2年2月29日(出)まで自己負担無料で歯周病検診を実施しています。
 歯周病は、糖尿病や脳卒中、心臓病などさまざまな全身疾患と関係することが分かってきました。歯周病予防のためにも、年に何回かは歯科医院に定期的に受診することをお勧めします。歯周病検診をきっかけに、歯科医院を受診してみませんか。

申し込み、詳しくは健康増進課☎803-8005へ

おとな

エイズ(HIV)・梅毒検査

【申請】エイズ相談専用電話☎822-0477
 ▶定期検査は毎週月曜日(祝日除く)15時半～16時半。予約不要。
 ▶夜間検査は12月16日(月)17時半～18時半。予約制、当日16時まで予約受け付け(定員あり)。
 いずれも保健所(総合あんしんセンター2階)で。無料。匿名。少量採血のみ。正確な検査結果をお返しするため、感染に心当たりのある日から8週間以上たってからの検査をお勧めします。

肝炎ウイルス検査

【申請】地域保健課☎822-0577
 過去に肝炎ウイルス検査を受けたことのない方を対象にB型・C型肝炎ウイルス検査を行います。
 12月9日(月)14時～15時、保健所で。無料。予約制。委託医療機関では令和元年12月31日まで無料で検査が受けられます。

①子育てひろば

妊娠中の悩み事や育児に関する相談のほか、お子さんの身体測定、保護者同士の交流や情報交換もできます。
 12月13日(金)10時～11時半、春野あじさい会館で。無料。申し込み不要。母子健康手帳をお持ちください。

②離乳食教室

栄養士と歯科衛生士による離乳食と口の発達についての講話と試食(保護者のみ)を行います。12月20日(金)総合あんしんセンター、1月10日(金)東部健康福祉センターで時間はいずれも10時半～12時。託児はありませんが、お子さんと一緒に参加できます。無料・申し込み不要。

③パパママひろば

妊娠期からの食生活や歯の健康管理、産後の育児に関する講話や沐浴体験、妊婦体験を行います。対象は市内在住の妊婦さんならどなたでも参加可(パートナーやご家族との参加もできます)。
 12月15日(日)10時～12時(受付9時半から)、保健福祉センターで。定員先着50組。参加費無料。申し込みは電話で受け付け中。受付時間9時～19時。

高齢者インフルエンザ定期予防接種

接種費用の一部を補助します。抗体ができるまで約2週間かかりますので、早めの接種をお願いします。詳しくは地域保健課☎822-0577へ

実施期間	12月31日(火)まで(医療機関の休診日を除く)
対象者	高知市に住民登録があり接種当日①65歳以上②60歳～64歳で、心臓、じん臓、呼吸器の機能、HIVによる免疫機能に重い障害のある(身体障害者手帳1級相当)——のいずれかに該当する接種希望者
接種費用	1,100円(1回)※実施期間を過ぎると全額自費
接種場所	県内の実施医療機関(市コールセンター☎822-8111または地域保健課のホームページで確認できます)
申し込み	医療機関へ直接予約 ※予診票は実施医療機関にあります。
持参する物	<ul style="list-style-type: none"> 健康保険証や運転免許証等の住所、氏名、年齢が確認できるもの 受給証明書(生活保護・中国残留邦人等支援給付受給者)※持参すれば接種費用無料。証明書交付は第一・第二福祉課(☎823-9442)へ 1級身体障害者手帳(対象者②の方)

健康ひろば

【申請】
 【詳細の問い合わせ先】

子ども

①は申請市コールセンター☎822-8111
 ②～④は申請子育て保健課☎855-7795
 ⑤は申請申込専用ダイヤル☎821-7880

①パパママ教室

産後の体調管理や過ごし方、沐浴体験を行います。対象は市内在住で、初めての赤ちゃんを迎える妊娠25週以降のママ(妊婦さん)とパパ。
 1月26日(日)9時半～11時半(受付9時～)、西部健康福祉センターで。定員先着15組。参加費無料。申し込みは12月16日(月)から電話で。受付時間9時～19時。

②産後ケア事業

出産後のお母さんの心身のケアや育児サポートを、助産師による自宅への訪問(訪問型)または助産所等への宿泊(宿泊型)により受けることができます。対象は、市に住民登録がある産後4カ月未満のお母さんとその赤ちゃんで、体調不良や育児不安などがありサポートが必要な方。宿泊型の委託施設は、アニタ助産院(長浜)とJA高知病院(南国市)。
 ▶ケア内容…乳房ケアと授乳指導、育児の助言・支援(沐浴や赤ちゃんのお世話の仕方など)、お母さんの心身ケア、宿泊型はお母さんの食事の提供等。
 ▶利用料…〈訪問型〉1回1,000円。市民税非課税世帯、生活保護世帯の方は免除。〈宿泊型〉1泊2日基本8,000円。市民税非課税世帯4,000円。生活保護世帯2,000円。延泊1日あたり半額。
 ▶利用日数…〈訪問型〉原則1回。〈宿泊型〉通算7日間以内(分割利用可)。
 ▶申請方法…事前申請が必要ですので、申請方法・支援内容等の詳細は母子保健課にお問い合わせください。

高知市の人口と世帯

■人口(前月比)
 32万7,919人(-121人)
 男 15万3,161人(-32人)
 女 17万4,758人(-89人)
 出生213人 転入等516人
 死亡340人 転出等510人
 ■世帯数(前月比)
 16万3,791世帯(+26世帯)
 転入328世帯 その他178世帯
 転出248世帯 その他232世帯
 (令和元年11月1日現在)

■今月は消防特集。新しくできた中央消防署へ撮影に行った(魚)。天神橋を渡る時、そこには四国最大級の高さを誇る訓練塔が！高い。非常に高い。隊員の皆さんは日々、この高所での訓練に励まれているんですね。涙。高所があまり得意ではない(魚)ですが、記念に屋上まで登ればよかったかな。ちなみに10階まではエレベーターはなく階段だそうなんです。(魚)10階まで階段…(汗)ですね。建設途中で何回か中央消防署を見かけた(山)。訓練塔も出来上がり、特別消防隊の訓練も行われているとのこと！頼もしい。非常に頼もしい。高所の火災にも対応できる隊員が増え、何か災害が起こった場合にも安心感が違いますね。(山) ■隊員の方々の安心感はもちろんですが、消防車なども安心感に一役買っている気がします。特集の車両を見ると頼もしさを感じつつ、ワクワクしてしまいます。また表紙を見ると、そこにはポンプ車のブームが！長い。非常に長い。あと、このポンプ車の名称も！長い。非常に長い。さすがに長すぎるのか、普段はMVFと呼ばれているそうです。(松)

編集室

広告

軽費老人ホーム(一般型) ケアハウス 土佐
 笑顔に
 安心の生活で
 快適な生活で
 豊かな生活で



- ・全室南向き・日当たり良好の静かな環境
- ・展望大浴場あり
- ・冷蔵庫・洗濯機・エアコン完備
- ・市街地方面にバス運行(無料)
- ・提携医療機関による病院への送迎あり
- ・移動スーパーによる販売(週2回)あり
- ・関連施設のパークゴルフ場(27ホ-ル)が隣接

入居利用料(3食付き)
70,560円から
 その他の費用として月額7,129円
 お問い合わせ
088-848-1818
 受付時間は9時から16時<担当 川村>

至横濱トンネル 至宇津野トンネル
 横濱ニュータウン
 高知銀行 ●四国銀行 ●エー・マックス ●(バス)国地南口 ●アライヴ
 至春野 ●高知信用金庫 ●野田眼科
 ●高知信用金庫 ●野田眼科
 杉の子せと幼稚園 ●高知信用金庫 ●野田眼科
 パークゴルフ場 ●高知信用金庫 ●野田眼科
 ケアハウス土佐 ●長浜病院 ●至長浜
 (福)せと軽費老人ホームケアハウス土佐
 〒781-0270 高知県高知市長浜6389-21
 ホームページからもご覧いただけます▼
ケアハウス土佐 検索
 http://www.seto-tosa.jp