

# 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歳以上は結核健診)	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)(基本検診+歯科検診+子宮頸がん検診(※1))	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。

## 2～3月 集団検診

申し込みは**1月7日(火)8時半**から  
健康増進課☎803-8005へ(12時～13時を除く)

検診日	会場	検診日の受付時間	胃	大腸	胸部	乳	子宮	女性
2/2(日)	保健福祉センター(塩田町)	8:30～10:30	○	○	○			
		13:30～15:30				○	○	
6(木)	保健福祉センター	8:30～10:30	○	○	○			
7(金)	県総合保健協会(棧橋通6丁目)	13:30～14:30		○	○			
7(金)・9(日)	保健福祉センター	8:30～10:30	○	○	○			
		9:00～10:30	○	○	○			
17(月)	県民体育館(棧橋通2丁目)	10:30～11:30					○	
		13:30～15:30					○	○
20(木)	保健福祉センター	13:00～15:00						○
		13:30～14:30		○	○			
26(水)・27(木)・28(金)	保健福祉センター	8:30～10:30	○	○	○			
			○	○	○			
3/3(火)・4(水)・6(金)	県総合保健協会	13:30～14:30		○	○			
6(金)	春野あじさい会館	8:30～10:30	○	○	○			
10(火)	保健福祉センター	8:30～10:30	○	○	○			
12(木)・13(金)	保健福祉センター	8:30～10:30	○	○	○			
13(金)	県総合保健協会	13:30～14:30		○	○			

●**郵送による大腸がん検診**(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。  
**【申込期間】**2月14日(金)までに電話で。**【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)

## 高知市の人口と世帯

■人口(前月比)  
 32万7,751人(-168人)  
 男 15万3,047人(-114人)  
 女 17万4,704人(-54人)  
 出生154人 転入等459人  
 死亡328人 転出等453人  
 ■世帯数(前月比)  
 16万3,739世帯(-52世帯)  
 転入293世帯 その他159世帯  
 転出231世帯 その他273世帯  
 (令和元年12月1日現在)

■「ことしも輝かんばかりの笑顔あふれる表紙が完成!」たくさんのご応募ありがとうございました。さて、恒例の王支一ですが、ことしは子年。ネズミといえど、ネズミは繁栄の象徴という言葉を信じて心と財布がくじけないよう頑張ります。(松) ■にぎやかな笑顔の表紙、ことしは最多の445スマイル!ご応募ありがとうございました。やはりネズミキャラの代表といったら●キーマウス。夢と魔法の国ではもう散財するしかありません。ネズミは大黒様の使いとして金運アップ効果もあるそうですが。(魚) ■ご応募の分だけいろいろなお笑顔を勢揃いして素敵な表紙になりました!ネズミといえど、この前のように帰りに道に自転車で暗がりを通っていたら、本物のネズミに初めて出会いました。意外と想像より大きい生き物ですね。そういう子年生まれだった(山)ですが、もしかしたら金運アップするかもしれません。(山)

## 編集室

訂正 あかるいまち2019年12月号特集4ページ「消防署所の再編」に掲載の、東消防署の管轄地域の内容に「江ノ口(一部)」の記載が抜かっていました。訂正してお詫び申し上げます。

## おとな

### エイズ(HIV)・梅毒検査

■詳細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1月20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。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検査をお勧めします。

### 肝炎ウイルス検査

■詳細地域保健課☎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。  
 1月27日(月)14時～15時、保健所で。予約制。

### 人工授精の治療費助成

■詳細母子保健課☎855-7795  
 助成額上限は1年度につき3万円。平成31年2月1日から令和2年1月31日までに終了した治療に対して助成します。申請の受付は令和2年3月2日までです。申請方法など詳しくはお問い合わせください。

### 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。  
 1月20日(月)10時～11時半、保健福祉センターで。申し込み不要。母子健康手帳をお持ちください。

### 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。1月10日(金)東部健康福祉センター、31日(金)総合あんしんセンターで。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。申し込み不要。

### パパママひろば

対象は市内在住の妊婦さんならどなたでも参加可(ご家族との参加もできます)。  
 2月14日(金)13時半～15時半(受付13時から)、保健福祉センターで。定員先着40組。申し込みは1月27日(月)から電話で。受付時間9時～19時。

### 子どもの発達に関する相談

保健師・心理士等が障害のあるお子さんや、言葉や発達に何らかの心配があるお子さんの相談をお受けし、必要に応じて関係機関と連携して支援します。電話での相談は随時受け付けています。詳しくはお問い合わせください。

## ノロウイルスに注意!

ノロウイルスは感染力が非常に強いので、大規模な食中毒や集団感染を引き起こします。特に冬場に発生することが多いので、手洗いなどを行い、しっかり予防しましょう。

### 予防方法

- ◆二枚貝の生食は避け、食品は中心部まで85℃～90℃で90秒以上しっかり加熱しましょう。
- ◆調理前後やトイレやおむつ交換した後は、必ずせっけんでよく手を洗いましょう。

「泡立てせっけんで30秒洗った後、温水で20秒流す」を数回行うと効果的です。

◆調理器具などは、薄めた塩素系漂白剤や熱湯(煮沸など)で消毒しましょう。

塩素濃度は、通常の清掃・消毒には0.02%程度、嘔吐物等の処理には0.1%程度が望ましいです。

詳しくは生活食品課☎822-0588へ

## 広告

# 高知市でお墓をお考えの方対象 **無料** 第37回 お墓の市民講座 開催

2020年 **1月19日(日)**  
**【霊園購入?永代供養?篇】**

高知市文化プラザ **かるぽーと9F** **定員20名様を**  
 第一学習室9:30～12:00 **ご招待!**

- お墓を継ぐ人がいない ●子供に迷惑をかけたくない ●生前に整理をしておきたい という方はご相談ください。

様々な事情で、お墓をどうしたらよいか悩んでいる方が増えています。お墓のプロが分かりやすく解説する失敗しない供養のための講座です。

参加者全員に「失敗しないお墓づくり」小冊子をプレゼント

●お申込みは(有)三代目 **竹内石材** ☎0120-641-148 竹内石材 南国市篠原104-2