



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(※1)	40歳以上の方 50歳以上の方	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(※1)(個別検診) (集団検診)	40歳以上の女性	40歳代 1,350円 50歳以上 1,050円
	40歳以上の女性	40歳代 900円 50歳以上 800円
⑤子宮頸がん検診(※1)	20歳以上の女性	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(※2)	後期高齢者医療制度加入者	無料
⑩高知市国保の特定健診(※2)	令和元年度中に40～74歳になる 高知市国保加入者	無料

各検診とも、年度内に1回受診できます。年度末は混み合いますのでお早めに受診ください。

※1 胃内視鏡検査による胃がん検診、乳がん検診、子宮頸がん検診は、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 受診券は毎年6月上旬に発送しています。4月から5月に受診される場合は、3月下旬に発送しますのでご連絡ください。

●有料の検診は、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。なお、成人歯周病検診は検診時にお渡しします。

●健診結果相談会を3月4日(水)・10日(火)10時～12時にあんしんセンターで行います。各日先着30人。要申し込み。保険医療課管理係(☎823-9358)へ。

3月 集団検診 申し込み受け付け中 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FAX(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	会場	検診日の受付時間	胃	大腸	胸部
3/3(火)	保健福祉センター(塩田町)	8:30～10:30	○	○	○
4(水)			○	○	○
6(金)			○	○	○
6(金)	高知県総合保健協会(棧橋通6丁目)	13:30～14:30		○	○
10(火)	春野あじさい会館(春野町)	8:30～10:30	○	○	○
12(木)	保健福祉センター	8:30～10:30	○	○	○
13(金)			○	○	○
13(金)	高知県総合保健協会	13:30～14:30		○	○



申込先 詳細の問い合わせ先 料金の表示のないものは無料です



①～③は母子保健課☎855-7795
④は申請申込専用ダイヤル☎821-7880
⑤は子ども育成課☎823-9552

①産後ケア事業 助産師による自宅への訪問や助産所等への宿泊ができます。

対象は、市に住民票がある産後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・支援内容等詳しくはお問い合わせください。



おとな

不妊に悩む方へ治療費助成支援 申請 母子保健課☎855-7795 特定不妊治療(体外受精および顕微受精)または一般不妊治療(人工受精)を行った費用の一部を助成しています。

助成額や申請方法など詳しくはお問い合わせください。また、一般不妊治療(人工受精)の申請期限は令和2年3月2日までとなっていますのでお早めにお手続きください。

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2月17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(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すため、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。

2月10日(月)14時～15時、保健所で。予約制。

子育てひろば

妊娠中の悩み事や育児相談のほか、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。

2月21日(金)10時～11時半、春野あじさい会館で。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の講話と試食(保護者のみ)を行います。2月13日(木)保健福祉センター、2月28日(金)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

妊娠期からの健康管理、沐浴体験を行います。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)。

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。申し込みは電話で受け付け中。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。

インフルエンザのウイルスや風邪の細菌に負けるな! 「うがい」と「手洗い」の習慣を身に付けることが、個人でできる手軽な予防法です。うがいと手洗いの習慣を身に付けて、この冬を元気に過ごしましょう。

詳しくは地域保健課☎822-0577へ

うがい こまめにしよう

「アブク」と「ガラガラ」をセットでこまめに。

手洗い 30秒かけて

手洗いは、手に付いた細菌やウイルスが鼻や口・目へ付着して体の中に侵入することを防ぎます。

- ①石けんと流水で十分洗いましょう。
- ②手の甲・指の間・指先・爪の間・手首も洗いましょう。
- ③手を拭くものは他の人と共用しないようにし、清潔なものを使用しましょう。

こんなところに注意

- 手のひらや指の間は汚れが残りやすい部分なので、特に注意して洗いましょう。
- 手が荒れていると、傷口からウイルスや細菌が入り込みやすくなります。手洗いと一緒に、手肌のお手入れもしましょう。

高知市の人口と世帯

■人口(前月比)
32万7,575人(-176人)
男 15万2,962人(-85人)
女 17万4,613人(-91人)
出生171人 転入等492人
死亡314人 転出等525人

■世帯数(前月比)
16万3,659世帯(-80世帯)
転入302世帯 その他134世帯
転出266世帯 その他250世帯
(令和2年1月1日現在)

■今月の特集は、高知市役所の新庁舎。ついに大きな建物ができあがり、2月3日には全ての移転部署の業務が始まります。建物内に初めて入ったときは、1階の総合案内から一面に使われた温かみのある木材が真っ先に目に入った(山)。所々にある木リブ柱に使われた木材の隅っこに、小さく書かれた種名を一つ一つ見つけてしまいました(山)。■新庁舎もいよいよオープン。今回、特集担当だった(松)。事前に新庁舎に入りに来ていましたが、最初入った時点ではまだまだ工事中でした。周りがどんな庁舎かドキドキしている中、特集用の写真は間に合うのか違う意味でドキドキ。作業中の業者さんをついつい見つけてしまいました(松)。■できたてほやほやの新庁舎。昨年末に市民見学会を行いました。来庁者なんと1800人! ありがとござい。その日初めて庁舎内を回った(魚)でしたが、吹き抜けを生かした開放的な空間が特徴的で、天井のダウンライトをついつい見つめてしまいました。2月には食堂やコンビニもオープンしますので、皆さんぜひご利用ください。(魚)

編集室

広告

無料 お墓の市民講座開催

高知市でお墓をお考えの方対象

2月23日(日)

「霊園購入?永代供養?篇」

場所 高知市文化プラザ かるぽーと9F 第2学習室 9:30～12:00 定員20名様を ご招待!

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

先代代々墓

●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。

●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